

V



MAGIA PIĘKNOŚCI.

JÓZEF JANKOWSKI

MAGIA PIĘKNOŚCI

(Teorya równej wagi)

Zarys Wiedzy Jedności

LISTY DO PRZYJACIÓŁKI

Tym, co nie wiedzą

WARSZAWA
Druk. Ed. Nicz i S-ka Nowy-Świat, 70.
Telefon Nr 27-73.


Wojewódzka Biblioteka Publiczna
FILIA
Nr 17
w Radomiu

...„magnum miraculum est homo, animal adorandum et honorandum"...

Mercurius Trismegista: „Asclepius" Cap. III.

PRELIMINARYA.

List I.

Droga pani! Przyrzekłem ci dać sposoby niemylne zachowania i nawet pozyskania piękności, młodości, świeżej, niezwiędłej cery, uroku, i wogóle tego wszystkiego, co nas poczuciem szczęścia i harmonii napawa. Przystępuję do rzeczy, ufny w twą dobrą wolę i w słuszność mojej sprawy.

Narazie bowiem, droga pani, będziesz musiała uwierzyć *na słowa* w niektóre założenia, a przynajmniej mieć całkiem dobrą wolę do ich sprawdzenia na sobie, — w założenia zresztą, w które wszyscy mędrcowie, począwszy od Mojżesza—poprzez Platona, Pytagorasa—skończywszy na św. Pawle, jaknajświęciej wierzyli. Niech ci więc sam autorytet narazie wystarczy. Pewność twa osobista nastąpi po sprawdzeniu na sobie, z praktyki wywiąże się twa własna teorya i wia-

ra, zgodna z tem założeniem. Sama prawda, o którą chodzi, oblicze swe w tobie odsłoni.

Założeniem, o którem mowa, jest nasamprzód ten pewnik, iż człowiek, składający się z ciała i myśli rozumnej, najwyższy pierwiastek ten myśli posiada w stanie, nie tylko niezależnym od ciała, lecz przeciwnie—w stanie absolutnej władzy i rządu nad ciałem.

Rozważ to w ten sposób. Mówi ktoś: Myśl moja jest wytworem mego mózgu, zależnością zupełną mego organizmu fizycznego. Oczywiście, tak jest—dla tego, kto tak myśli i czuje... Gdyby nie pewien mur, który przed oczyma tak rozważającego stale się roztacza, mur, rezultat tych myśli i uczuć, przekonać by go można o błędzie najprostszem rozumowaniem: „Tak jest!To, że pan *wiesz*, jest wytworem pańskiego mózgu; atoli to, że pan *wiesz o tem, że wiesz*,—czego jest wytworem? Nie może być wytworem tegoż mózgu, gdyż wytwór nie może być swym własnym walorem,—to, co ogarnia, nie może być razem tem, co ogarnięte!"

A więc ta wtóra zawsze myśl od myśli, ta sprawdzająca nawet myśl naszą myśl, jest dowodem wyraźnym, iż myśl jest czemś naczelnem, iż ciało i mózg—to tylko narzędzia, któremi się ona posługuje, i iż uzależnianie myśli w istocie od ciała jest objektywnie błędem najstraszniejszym, subjektywnie—jeszcze straszniejszą własnowolą człowieka, jego gnuśnością i jego ciemnotą.

Myśl rozumna jest samą rzeczywistością życia. Należy tedy rozwinąć ją w sobie, by wyraźnie

o sobie świadczyła. Stłumiona—cóż może powiedzieć? Że jej niema! Że zależna od ciała! Uzależnianie już jest grzebaniem i zasypywaniem. W iskrze atoli tli się ona zawsze, wolna, niezależna, i czeka, by człowiek w ognie ją rozdmuchał i tem dał świadectwo o sobie, ku jej chwale i swemu własnemu szczęściu.

Tak tedy: myśl rozumna i ciało. Ciało—narzędzie myśli rozumnej—w jej istocie wolnej i nieskrępowanej.

Drugiem założeniem, które jest właściwie rozwinięciem dalszem pierwszego, jest również odwieczny dogmat tradycyjny, przez wszystkich mędrców aż do św. Pawła wyznawany, iż pomiędzy twem ciałem widzialnem i myślą rozumną niewidzialną, ciała naczelną kierowniczką, istnieje pewne ciało pośrednie, ciało lotne, różnie przez różnych zwane: ciałem astralnem, subtelnem, fluidycznem, aerosomą, odem, światłem astralnem i t. d., w rzadkich wypadkach widzialne, mianowicie, gdy wyłonione z ciała *zmateryalizuje się*, t. j. przybierze dostatecznie zwartą dla oka substancyę,—ciało, które jest pośrednikiem plastycznym między myślą i ciałem fizycznem, całkowicie z tem ostatniem złączone i nierozerwalne w całości za życia.

Jest owo ciało astralne właściwą *formą*, modłą ciała fizycznego, kształtującą się pod wpływem myśli i woli, zasadą węgielną wszego istnienia. Wszystkie uczucia, myśli i tchnienia odbijają się w niem natychmiast, tworząc nieskończoną pracownię *form* i zarysów.

Ciało fizyczne za życia—to właściwie już tylko odlew z tej formy, odlew atoli, wciąż ze swą formą złączony i wciąż się stający.

W ciele fizycznem zawarte funkcye cielesne, w ciele astralnem—czucia w najszerszem znaczeniu, w myśli rozumnej—wola ludzka, świadomość czynna.

Tym sposobem, jeżeli przyrównamy całego człowieka do dzieła artysty, otrzymamy, iż artystą, tworzącym dzieło w człowieku, będzie myśl rozumna wraz z wolą; ciało astralne będzie całem czuciem artysty, całą jego wyobraźnią, przybierającą pod wpływem woli kształt plastyczny, formą, gotową do odlewu i do odciśnięcia; ciało fizyczne—właściwy odlew i skutek dzieła twórczego.

Rzecz prosta, że, pragnąc tworzyć dzieło, trzeba począć od woli, z materyału wyobraźni i uczuć ulepić właściwą formę dzieła—reszta jest już dziełem gotowem.

Możemy wyobrazić sobie człowieka pod postacią sfery, z trzech sfer jedna w drugiej, w wiecznym ruchu ciągle zostających i wpływy swe nieskończone wzajem oddających. Ośrodek sfer, wola ludzka, jest w możności zmieniać ruch całej sfery. Jest ona strażniczką i zarządzicielką życia.

Sfery działają samorzutnie jedynie—lub gdy wola zezwala, lub gdy wola idzie własnowolnie pod ich władzę przyrodzoną. Wtedy staje się dzieło przyrody, nie człowieka i woli. Człowiek jest wtedy, jak drzazga, miotana na fali, zachowująca atoli zawsze świadomość swej niedoli—iskier-

kę woli. Człek, który myślą swą rozumną wraz z wolą, zawsze zgodnie działającą z Opatrznością, czyli z prawem odwiecznej doskonałości, dzieło życia swego stworzy, będzie podobny do sternika dzielnego, pewną dłonią kierującego statek po uciszonej powierzchni. Bowiem statek, dobrze w życiu kierowany, zawsze wypływa na uciszone obszary elizejskie.

Tak więc, wychodząc z zasady naczelnej: 1) Myśl rozumna, wola, świadomość czynna, 2) Wyobraźnia — czucia (ciało astralne), 3) Ciało fizyczne.

Wszystkie trzy sfery wzajem się przenikają i są pod zarządem woli. W następnym liście pomówimy obszerniej o owem ciele astralnem, zasadzie wszego zjawu ziemskiego.

CIAŁO LOTNE.

List II.

Droga pani! Formuła wszystkiego zjawu ziemskiego jest nader prosta; wyraża się ona cała trzema pierwszemi liczbami: 1, 2, 3. Jest to wzór wszego istnienia. Trójca ta zawarta w jedności i jest jej wypływem. Sama jedność jest wypływem niepojętej dla nas Nieskończoności. To, na czem umysł nas oprzeć się może, jest to jedność. Jedność atoli rozszczepia się natychmiast w umyśle ludzkim na swe przeciwstawne 2. I oto wraz działanie na siebie 1 i 2, jako sił: czynnej i bier-

nej (odbiorczej), z którego rezultat 3, właściwa rownowaga dwojga sil sprzecznych, stanowiąca o bycie. Wszystkie te trzy sily działają wzajem w jedności. I ten wzór powtarza się w szeregach nieskończonych, tworząc łańcuchy stworzeń i bytów, wzajem sobie odpowiadających od góry aż do dołu. *Wszystko we wszystkiem* i „Co jest na górze—jest jak co na dole, i co na dole, jest—jak co na górze, dla przeniknięcia cudów jednej rzeczy“, jak powiada stary tekst hermetyczny. Bóg tak jest utworzony, jak wszechświat, wszechświat, jak człowiek, człowiek—jak każda z trzech jego składowych części, każda z nich, jak najdrobniejsza kropla krwi i komórka w ciele. Wszędy jedno i to samo prawo trójcy w jedności: działania siły czynnej (+) na bierną (—) i rezultat z tego —równowaga idealna, która jest samem życiem. Wzór tedy naczelny bytu da nam natychmiast swe odbicie 4, które będzie działało tak samo, jak wzór, i tak aż do nieskończoności.

1, 2, 3
4, 5, 6
7, 8, 9
10 . . .

1, 4, 7, 10...—taż jedność w łańcuchach analogicznych.

Tym sposobem cały byt wyobrazić sobie możemy, jako jedność z trojga sil, wzajem działających, jednem i tem samem prawem zróżnicowaną w czasie i przestrzeni aż do nieskończoności.

Porzućmy atoli te wysokie spekulacye, których ci najsłabszy wyraz rzuciłem, i przejdźmy do samej zasady węgielnej i równoważnika życia, do owego ciała astralnego, o którem była mowa w poprzednim liście.

Ciało to astralne jest dotychczas kością niezgody nauki oficyalnej i t. zw. okultystycznej, opartej na tradycyi i ciało to astralne za całą podstawę życia uważającej. Zresztą w nauce oficyalnej pojęciu tego ciała astralnego odpowiada pojęcie *siły życiowej*, *energii*, chodzi atoli o to, żeby uznać tę *siłę* za *ciało*, t. j. za substancyę, zmysłom podległą, acz bardzo lotną i niechwytną — nie zaś za wyraz oderwany.

Dociekania doświadczalne w tej dziedzinie, prowadzone usilnie w ostatnich dziesiątkach lat na Zachodzie, zdają się wróżyć niemylnie naukowe (wedle metod nauki oficyalnej) stwierdzenie tego *ciała*. Okazało by się wtedy, że jest to substancya wszechistna, nader lotna, wypełniająca cały przestwór, w ciągłym ruchu i tworzeniu się, dla której wszystkie znane substancye i *siły* są jakoby odzieżą; one więc sama jest *duszą* świata i człowieka, duszą, pojętą namacalnie.

Kilku badaczom udało się ostatniemi czasy wyłonić (drogą magnetyzmu) z ciała osób, wyjątkowo ku temu skłonnych, owo ciało astralne, które przybrało postać *widma* czy *sobowtóru* i odbiło się na płycie fotograficznej. Własność *widma*, złączonego cienkiem pasmem astralnem z uśpioną osobą czyli *medium*, pozostającem jakby bez *duszy* (wrazie zerwania pasma medium

umiera), jest ta, że przenosi ono otrzymywane wrażenie na samo medium uśpione, nawet ze znacznej odległości.

Tak np., osoba uśpiona nie czuje zapachu bezpośrednio; dopiero zapach ten, podany widmu, przeniesie się, jak przez aparat najczulszy, ciału fizycznemu; uderzone widmo przeniesie cios na swe ciało fizyczne; ukłóte widmo ślad ukłócia przeniesie na ciało medium i t. d.

Słowem, podstawa czuciowości, owo ciało astralne, wyłonione z ciała fizycznego, staje się jakoby stacyą wysyłającą dla ciała w owym telegrafie bez drutu *duszy* ludzkiej.

W stanie równowagi ludzkiej ciało to astralne jest ściśle złączone, jako zasada życia, z ciałem fizycznem, i choć człowiek wciąż je z siebie wyłania, wyłania atoli zwierzchnie tylko jej po włoki, które wchodzą w grę ciągłą pod wpływem uczuć i myśli z tymże materyałem astralnym przestrzeni.

Rozumiesz już tedy, droga pani, cel, do którego prowadzę. Ponieważ ciało twoje fizyczne jest tylko odbiciem twoich uczuć i myśli, czyli, mówiąc ściślej, jest odlewem z formy twego ciała astralnego, w którem się mieści wszelka twoja czuciowość, a która być winna pod zarządem twej myśli rozumnej i twej woli, zmienić masz przeto, w celu odnowy lub zmiany, swoje uczucia i myśli, a ciało twe wślad za tem z tąż odnową i zmianą podąży.

Daję ci przykład konkretniejszy. Zmarszczki na twarzy, których tak się obawiasz, nie są ni-

czem innem, jak odbiciem pewnych, stale powtarzających się uczuć, często drobnych i niedostrzegalnych, pozostawianych odłogiem, nie opanowywanych przez myśl rozumną.

Cóż znaczy zasmarowywanie zzewnątrz kosmetykami lub nawet masowanie tych zmarszczek, gdy one zwewnątrz, jako *stałe usposobienie*, kształtujące materyę, wciąż z tą samą siłą żywotną narastają?

Skóra twa zewnętrzna, jak ci wiadomo, zużywa się i wciąż jest zastępowaną przez nową. Po niejakimś czasie nie zostanie ani jednej z komórek, które były na powierzchni twego ciała. Ciało, istotnie, „płynie“: ῥεῖ—w myśl zasady greckiego filozofa.

I nic nie pomoże—jeżeli nie zaszkodzi—kultura zewnętrzna cery, jeżeli nie sięgnąć do źródeł, które kształtują materyę: do woli i do wyobraźni.

One potrafią ściągnąć z przestrzeni odpowiedni materyał żywotny, wzmódz niem *materyał astralny* ciała ludzkiego, odmienić go z gruntu, utworzyć inny zgoła obraz, ulepić inną formę dla ciała, podług której toż ciało niechybnie się wkrótce odwzoruje.

Należy, słowem, usunąć pierw zmarszczki na *duszy*, by one ustąpiły na wciąż zmieniającej się ciała powierzchni. Bez tego wszelki zabieg płonny i bezcelowy.

Przy dobrej woli i wierze wytrwałej miesiąca czasu dosyć, by zmienić cerę na lepszą bez leków i środków kosmetycznych, zabiegiem je-

dynie woli i wyobraźni. Pomówimy o tem obszerniej.

ZAWIESZENIE ŻYWIOŁU.

List III.

Wyobraź sobie, droga pani, iż od dzisiaj poczynasz inne życie, a właściwie mówiąc, zawieszasz tylko narazie całe swe dawne życie, całą swą sferę astralną, żywioł wszystkich twych uczuć – używając nakazu woli i twej świadomości czynnej nie w celu jeszcze tworzenia nowego życia, lecz w celu uspokojenia i równowagi całego żywiołu w tobie.

Nie myśl, by było to rzeczą łatwą narazie. Cały twój żywioł tysiącem swych oblicz, prawem nawyknienia, podpływać będzie do twej istoty rozumnej, starając się wziąć górę i stłumić twoję wolę. Tobie atoli cel jeden ma przyświecać: pokój wewnętrzny żywiołu. Niech cel ten cię krzepi i zbroi. Każdemu poruszeniu w tobie żywiołu, każdemu drgnieniu niepokojącemu masz nakazać spokój absolutny — ukręcić mu władzę w zarodzie. *Masz być piękną*: by to stworzyć, masz być narazie spokojną.

Możesz nawet narazie, zanim nie przejrzysz wyższej piękności, oprzeć się na pragnieniu jedynie twej piękności fizycznej. Nawet ten zabieg, acz egoistyczny, lepszy jest, niż ów ślepy wir w tobie, działający bez twej wiedzy

i woli. Będzie to już działanie słuszne twej woli, acz w sferze jeszcze niższej.

Nie winno powstawać nic w tobie, co nie jest twem zezwoleniem. Zezwalasz atoli narazie jedynie na spokój absolutny.

Zrozum to dobrze. Wszystkie uczucia, które powstają w tobie niezależnie od twej woli i któremi ona nie rozrządza, żłobią i rzeźbią na *swoję rękę* rysy twego ciała, tworzą twe ciało, jak *one* chcą, nie—jak *ty* chcesz. Masz że na to pozwolić? Masz dawać władzę staremu, dążącemu do twej starości, do twego zużycia, do swego prawa wiecznego niszczenia i odmiany gwałtownej, gdy w tobie jest pierwiastek, zdolny nie tylko zatrzymać ów ruch przyrodzony, lecz nawet spętać go, dać mu inny kierunek i inną zgoła formę?

Tysiące chwil nastręczy ci odrazu pole do tej walki szlachetnej, bowiem życie—niestety—jest tą walką bez przerwy.

Powstaje w tobie, dajmy na to, popęd gniewu, t. zw. irytacyi—słusznej nawet, jak to często mówimy, choć gniew nigdy nie bywa słusznym. Pomijam narazie tę sprawę, że gniew szkodzi całej twej istocie moralnej. Pamiętaj jedynie narazie, że gniew szkodzi twemu ciału i twej piękności, że gniew, którego nie opanujesz w zarodzie, nie wywrzesz nad nim swej władzy, nie rostopisz go odrazu w uśmiechu promiennym twej woli, w sferze radosnej pokoju, już przez tę jednę chwilę wyżłobił zmarszczkę na formie twego ciała, że, tąż dro-

gą powtarzany, zmarszczkę tę ciągle powiększa,— więcej nadto, tak działa stale na swój organ odpowiedni w żywiole astralnym, iż po pewnym czasie w odbiciu swej formy cielesnej ujrzysz ten organ skrzywionym, chorym—będziesz brzydką i chorą, karę biorąc za swe niepanowanie, do którego cię życie powołało.

Wierzaj mi, ta jest ogólna zasada szczęścia, zdrowia, piękności: Człowiek doskonały—a doskonałym nazwiemy tego, kto całe swe życie myślą rozumną i wolą panuje nad swym żywiołem—nie choruje, nie starzeje się i nie czuje rozterki. Niestarzenie tu możesz przyjąć, jako rzecz względną, gdyż doskonałość ludzka ma swoje granice i wreszcie sprowadza się do tego, by nie czuć rozterki, by nie czuć swojej starości.

Prawda, wyżej wygłoszona, jest tak słuszną i taka jest odpowiedniość między ciałem i owym żywiołem twych uczuć, iż każdej chorobie poszczególnej ludzkiego ciała możesz wykreślić odpowiednie zboczenia w sferze uczuć, organ swój astralny, organ w owej formie ciała, stale skrzywiające, zgrubiające, z ogólnej harmonii ruchu wykolejające. Tak: częsty gniew wypacza wątrobę, bierność woli tworzy anemię, niedbalstwo w oddechu *duchowym* — suchoty, stały popęd pasyi zmysłowej—raka i t. d.

Cała ta sfera astralna ma wibrować w harmonii ze swym organem naczelnym—woli, świadomości czynnej; o ile wola nie pamięta swego zarządu i swej roli twórczej, wibracya natychmiast się skłóca, działa *na swoję rękę* i odwet czy-

ni, i pomstę za zarząd niedbały. Jest to, jak w gospodarstwie. O ile gospodarz wgląda i ma oko czujne na wszystko, wszystko działa w harmonii z jego rządem twórczym. Niech się gospodarz opuści — jak wszystko na swą rękę do ruiny będzie dążyło!

Jest to, jak z instrumentem, jak z harfą cudowną, na której artysta dbały dzieło życia wygrywa. Wszystkie struny brzmią zgodnie z jego wolą twórczą. Niech artysta ustąpi, żywioły grać poczną, harfa się rozstroi, struny pordzewieją i cała ulegnie zniszczeniu.

Na harfie życia grać ciągle czujnie należy— i ta jest jej władza cudowna, iż pod wolą wielkiego artysty nietylko się nie rozstraja, nie paczy, lecz coraz cudniejszy zasób melodyi, coraz doskonalszą i czulszą zdobywa wibracyę.

Tak tedy raz jeszcze, masz nakazać od dzisiaj spokój absolutny wszystkim żywiołom w sobie. Niema narazie sprawy ważniejszej nad sprawę twojej piękności fizycznej —jeżeli nie moralnej.

Wszystkie wielkie piękności świata, piękności prawdziwe, nie sądź, by otrzymały swe dzieło bez trudu. Najpierw zapanowały nad sobą, nie pozwalając żywiołom w sobie niszczyć swego ciała, potem wyobraźnią stałą i wolą stworzyły formę, jaką chciały, dla ciała. Ten jest sekret piękności.

Tkwi w nim głęboka sprawa woli panującej—acz tylko dla celów ciała. Nie sądź, by mogła stać się pięknością kobieta, która nie zdo-



ła zapanować nad chęcią zjedzenia słodyczy, nad popędem pierwszej lepszej zachcianki cielesnej. Ma ona jedną zachciankę — być piękną... Być piękną—to uszczuplać swemu ciału.

Dajmy na to—jest wyższa i piękniejsza zachcianka: nie mieć tej zachcianki — i ta jednak niższa narazie nie jest bez ofiar większych, niż zostawienie ciała odłogiem, popęd żywiołów i gnuśność woli zupełna.

Powiesz mi na to: Mam że nic nie czuć? Mam być obojętna na świat i rzeczy, kamieniem stać się nieczułym?

I w tem się mylisz wierutnie. Świat i uczucia nie przestaną, jak dawniej, pozywać do ciągłej cię pracy, pozywać bogaciej może, niż dawniej. Uczucia twe stłumione nie stracą na swej istocie,—owszem, zostaną one na dnie twej duszy, uporządkowane i uciszone, i to będzie większą zasługą twoją i uczucia, niż upust dla nich bezpośredni, niż ich bezładna nawała.

Bo dziwne jest to ciało i pozew w niem wszego żywiołu! Woli ono cierpieć i mieć w tem jakoby przyjemność bezpośrednią, wygodę jakoby cierpienia, niż zasadą wyższą święcić i siebie, i życie!

Daję ci przykład. Cierpisz po stracie kogoś lub czegoś. Czy sądzisz, że upust dla cierpienia, to cierpienie *na lico*, będzie większą twoją zasługą i *czynem*, niż to samo cierpienie, stłumione, nakazem woli do milczenia zmuszone? W pierwszym razie dajesz tylko cierpienie i uczucie wątpliwe dla kogoś lub dla czegoś, w drugim — da-

jesz to samo cierpienie *plus* twoja władza pamiętna, jakże je uświęcająca, jakże sprawie twojej, życia i świata pomocniejsza, pełniejsza!

Nie obawiaj więc się takiej nieczułości! Bądź całkiem nieczułą w czułości! Od dzisiaj nakazać masz w sobie bezwzględne ukojenie. Ucisz się, jak ocean ucisza się po burzy. Napełnij się cała słońcem radosnem twej woli i celu, który ci ma przyświecać. *Masz być piękną.*

Podam ci wkrótce sposoby, jak w tym materyale uciszonym masz pracować, by stworzyć siebie i swą piękność niepłonną.

SKUPIENIE CZYLI KONCENTRACYA.

List IV.

Nie dziw się, droga pani, iż w ciągu tej rzeczy tak często odwoływać się będę do twojej wyobraźni, tego podłoża najważniejszego i jakoby samego materyału twórczego w *zasadzie*, na którym wola i świadomość twoja czynna akt twórczy ma sprawować.

Oparcie na wyobraźni dzieła, do którego dążymy, jest pierwszym warunkiem powodzenia, jak dobra uprawa tej wyobraźni—samem dziełem dokonanem. Niemasz bowiem w człowieku myśli bez obrazu, jak niemasz obrazu bez myśli— i nadewszystko trzeba dobrze *widzieć* rzecz twór-

czą *w zasadzie*, by ona kształt rzeczywistości przybrała.

Dobre więc tedy zestosowanie tej wyobraźni, wyraźne jej perspektywy, ład i rozkład — to już początek wszego dzieła twórczego.

Raz tedy jeszcze rozkładam masy dla twej wyobraźni.

Masz: 1) ciało twoje, które widzisz, a które jest ciągłą *płynną* zmieniającą się fabryką materyi najgrubszej;

2) masz w sobie pewien materyał twórczy, niepochwytny, który wypełnia całe twoje ciało aż do najdrobniejszych komórek i zarazem całą przestrzeń światów—i który jest formą ruchomą w formie twego ciała, *duszą* jego i światów, przędzą astralną; materyał ciągle ruchomy, w którym twa wola i świadomość czynna pracuje, tworząc obrazy, uczucia i cały żywioł w tobie. Z formy, stworzonej w tym materyale, następuje odcisk i odlew, rzec można--mechaniczny, twego *płynnego* ciała materyalnego;

3) masz wreszcie świat trzeci—woli i świadomości twej czynnej, który nazwać można światem *ducha*, jak poprzedni *duszą* zwać się godziło, świat całkiem absolutny, dla którego dwa tamte są tylko podłożem (gdy wola zechce), na którem on swoję władzę absolutną sprawuje.

Wszystkie te światy są w ciągłym ruchu i wzajem swe wpływy przekazują. Wola atoli i świadomość czynna jest pierwszą przyczyną zarządzającą.

Tak tedy, wraziwszy sobie dobrze ów ma-

teryał twórczy istotny, ową *glinę* biblijną astralną, zasadę, bez której niemasz życia, przejrzawszy, iż z niej w dziele życia urabia się forma właściwa, z której odlew ciała się staje, przystąpić teraz możemy do samego aktu twórczego — do sprawowań woli i do jej narzędzi pomocniczych.

Tu atoli uczynić muszę odrazu zastrzeżenie ważne, najbardziej zasadnicze, co do owej woli i jej istoty dobroczynnej. Tylko tak zwana *dobra wola*, t. j. wola, działająca zgodnie z prawem powszechnej Doskonałości, jest mocną uczynić cię prawdziwie piękną i szczęśliwą.

Cóż będzie tą *dobrą wolą* w tobie i w chwili twego zarządu? Będzie to ten punkt jasny, najjaśniejszy w tobie, który o swej słuszności sam w sobie najpewniej wyrokuje. Ten punkt jasny masz w sobie rozwijać. Każde twe chcenie rozdwaja się jakoby w zarodzie: chcesz i nie chcesz jakoby, masz wybór iść na lewo lub na prawo, w kierunku ciała lub w kierunku ducha, chwili lub przyszłości. Z *dobrem* twem *złe* sprzeczne, z *złem* twem *dobre* sprzeczne. Wybieraj drogę na prawo—środek, ustalony w sumieniu. Uświęcaj wolę. Wybieraj trudniejsze. Ten punkt jasny, który będzie w tobie bez *żadnej wątpliwości*, twoją równowagą, będzie ową *dobrą wolą* doraźną. Doraźną — bowiem punkt ten wznosić i rozszerzać się będzie.

Biada natomiast, jeżeli w swej pracy twórczej pójdziesz drogą, która będzie w sprzeczności z punktem jasnym twego sumienia, twej świado-

mości czynnej. Możesz i na tej drodze osiągnąć do czasu rezultat twórczy dość znaczny, stać się on jednak musi z *prawa równowagi* świata twą pomstą straszną, fatalną—istotnem twojem *fatum*. Jest to, jak cięciwa łuku ze strzałą, którą natężasz obłędnie w kierunku swej własnej piersi. Im bardziej natężysz cięciwę woli w tem strzelaniu nieopatrznem, tem silniej strzała z *konieczności* w twej piersi uwięźnie. Kieruj więc łuk tylko od siebie, w przestrzeń—lub do nieba. Natężaj cięciwę, by trafić i podbić cel górny. Trafiaj w niebo.

Teraz możemy przystąpić powoli do pracy w owym materyale twórczym twej *duszy*. Przypuszczam, że jest on poniekąd uciszony, przynajmniej w twej wyobraźni, że można już będzie go ująć, by tworzyć z niego formy twórcze, że formy te twórcze nie będą natychmiast zgładzone, zdmuchnięte przez nawał dawnego ruchu.

Czem tworzyć i *jak* tworzyć? Czem? Wolą. Jak? Jej skupieniem, czyli *koncentracyą*. Wola tu—palce artysty, skupienie — to lepienie z tej *gliny* astralnej, z tego żywiołu wszechuczuć, z tego światła bez lica jeszcze, z tej przędzy niechwytnej a pewnej.

Wszystkie twe myśli od tej chwili, wszystkie uczucia i drgnienia, rezultat twej woli od dzisiaj, tworzą już samoistnie formy w tym materyale. Dawniej świat tworzył w nim dla ciebie przemożnie, teraz ty masz wziąć nad światem przewagę. Praca trwa wciąż zawzięta. Nie ustaje na mknienie. Tyś dawniej atoli rzucała

tylko z twych uczuć i myśli szkice rozwiewne, które zgładzał w tejże chwili świat swemi formami mocnemi—żywioł w tobie, sam, bez twej woli tworzący. Teraz—kolej na ciebie. Już rzucać będziesz nie same szkice tysiączne bez siły, lecz z tysiąca tych szkiców bezwiednych zdobędziesz się na kształty tak mocne, że staną one, jako twój własny dorobek, w owej wielkiej fabryce *duszy*. I stworzysz ich wiele, tworzyć je będziesz ciągle, jak już je tworzysz w tej chwili. To, czem będziesz potem w twem ciele, to tylko odlew naturalny, *konieczny*, pracy twórczej rezultat, jej odbicie konieczne.

Dotychczas tworzyłaś niedbale lub raczej nie tworzyłaś wcale. Nie umiałaś *skupić* tej gliny, zatrzymać na niej uwagi i woli, zatrzymać *obrazu*. Pierzchał ci on co chwila. Teraz już masz w ręku narzędzie. Narzędziem tem twa wola.

Pocznij od cery, o którą tak dbasz wielce, więcej narazie może, niż o swą duszę. Pocznij od cery, gdy to cel najwyższy narazie twej *dobrej woli!*

Widziałaś ją kiedy, tę cerę? Tak jest, w lustrze. Widziałaś, jaką się staje, lecz nie widziałaś, jaką stać się ma. Nie widziałaś jej obrazu idealnego. Obacz go teraz. Wyobraź sobie dobrze cerę, jaką mieć pragniesz, cerę *koloru płatka różanego*. Obacz ją w swej wyobraźni jasno, wyraźnie, najwyraźniej. Stwórz ją. Przykuj do niej uwagę swej myśli, zatrzymaj wolą — przez kilka chwil tylko; gdy to uczynisz, jużeś tę cerę

stworzyła w tym materyale, w którym się ciało twe odbije, jużeś zarządziła kliszę, z której się obraz odbije.

Powtarzaj tę czynność powoływania obrazu i zatrzymywania na nim uwagi po parę minut kilkakrotnie w ciągu dnia—po miesiącu dostrzeżesz rezultaty. O powodzeniu, oczywiście, jak we wszystkiem, stanowić ma wytrwałość i dobra robota.

Skupienie myśli ma być nie gwałtowne, nie trwożne,—łagodne, pogodne, ufne. Obraz narazie powołany będzie mglisty, przelotny, w miarę pracy twórczej stawać się będzie jaśniejszy, wyraźniejszy i trwać będzie dłużej. Wtedy już ciało poczyna go *odtwarzać* właściwie. Poznasz to na swej twarzy. Wytrwałość — pierwszy warunek powodzenia.

W warsztacie wielkim świata i *duszy* świata nic się nie dzieje inaczej. Wszystko, co widzisz, jest odbiciem *idej*, które wciąż się tworzą i wciąż się zmieniają. Idee i wyobrażenia stałe mają stałe odbicia rzeczywistości, wyobrażenia lotne, jak mgły, się zmieniają. Człek na ziemi, po tym Twórcy Najwyższym, który stworzył *obraz* świata i człowieka, jest twórcą najwyższym. Jest on mocen tworzyć w tym samym materyale, w którym tworzył Bóg, jest jego pachołkiem twórczym, wielce obdarzonym, i gdy nie sprzeciwia się zasadzie twórczej Boga, którą ma w siebie wpojoną, może tworzyć cuda z owego *niczego*, z którego tworzył Bóg. Tem *niczem* jest

właśnie ów materyał twórczy, owa *dusza* świata i człowieka, ów dech pierwotny, owo *Fiat lux*.

Cała przestrzeń światów — to jedna wielka klisza niepochwytna, a raczej miliony klisz w ruchu bez czasu i przestrzeni, na które świat i wola człowieka rzuca wciąż swoje światła twórcze. To, co istnieje w czasie i przestrzeni, to tylko odbicie z owych klisz bezprzestrzennych. Fabryka ta drga ciągle bez przerwy. Bóg wielki na niebie i człek drobny na ziemi—twórcowie w niej współrzędni, acz tak oddaleni. Pośrodku, od góry aż do dołu i wkrąg w nieskończoność — całe światy istot twórczych, współdziałających z Bogiem i człowiekiem, których oko ludzkie cielesne nie w stanie jest dojrzeć, które atoli oko ducha, gdy pocznie się rozchylać, dostrzedz przelotnie potrafi. To oko ducha—to wola twórcza człowieka. To jego *dobra wola*, która pokój stwarza, pierwszy warunek *jasnowidzenia*.

Koncentracyi czyli skupienia uczyć się należy i wprawiać w nią swą wolę.

Człek jest istotą rozumną, najbardziej rozproszoną. Bóg jest samem skupieniem. I dla tego Bóg *jest*, gdy człowiek *się staje*. Skupienie tedy człowieka—to dźwiganie się do góry.

Któż z nas skupia swe myśli, swą wolę—na chwile, nie na godziny? Kto z nas czuje, czując *dowolnie**), widzi, widząc dowolnie, mówi,

*) Wyrazu tego autor używa w znaczeniu ściśle etymologicznem—aktu woli świadomego, tego, co się dzieje *do* woli człowieka. Synonimy luźne tego wyrazu: *pamiętny*, *pomny*, *przytomny*.

mówiąc dowolnie, wie, wiedząc dowolnie? Kto, naprzykład, i wiele wyrazów na dzień powie, których by istotę, w chwili wymawiania tych wyrazów, czuł, widział dowolnie, był im przytomny dowolnie? Kto z nas i ile spojrzeń w ciągu dnia, patrząc, rzuci przytomny temu spojrzeniu, i rzeczy, i osobie? Wniknie do ich głębi, zrozumie ich treść istotną? Siebie w nich ujrzy pamiętnie? Jesteśmy, jak przed zwierciadłem świata, w które patrzymy, siebie nie widząc!

A jednak dopiero w tem widzeniu pamiętnem, mówieniu pamiętnem, czynieniu pamiętnem rozpoczyna się prawdziwy akt twórczy życia. Jest to pierwszy moment twórczy, poczęcie; skupienie, czyli zatrzymanie woli dłuższe, jest utrwaleniem kliszy zarządzonej.

Kto umie skupić uwagę przez parę minut dowolnie na rzeczy wyobrażonej, ten rzecz tę wyobrażoną już stworzył w świecie idej i może być pewnym jej urzeczywistnienia.

Magia powodzenia i wpływu na ludzi jest nader prosta i sprowadzić się może do tej formuły: Kto potrafi, mówiąc do kogoś, być przytomnym i pamiętnym aż do głębi każdego wyrazu, widzieć i czuć go do głębi w chwili wygłoszenia, widzieć się, jak w lustrze, w tych wyrazach w chwili wygłaszania, słyszeć ich dźwięk wewnętrzny, ten rzecz, zawartą w tych wyrazach, *stwarza* dowolnie i powołuje ją niezbicie do rzeczywistości.

Twórczość artystyczna jest bezwiedna — prawda! lecz dla tego tak mało skuteczna. Twór-

czość życia jest także bezwiedna, i dlatego tak mało uszczęśliwia człowieka. Twórczość dopiero dowolna, ludzka życie wpełni do celów szczęścia i jedności sprowadza. Lecz ma być nad-bezwiedna, lub raczej nad-wiedna.

Poczni więc szkołę skupienia. Cokolwiek czynisz, patrzysz, czy mówisz, staraj się choć po kilka chwil w ciągu dnia skupić na tem do głębi twą uwagę, rozproszyć nalatujące, ujrzeć *obraz*, zatrzymać na nim przez chwilę swą wolę.

Ujrzysz niedługo, jak się cud twórczy pocznie w tobie rozwijać. Czyń atoli to skupienie bez gwałtu,*dobrą wolą*: „Oddzielić masz (w swej naturze) ziemię od ognia, grube od lotnego, łagodnie, grzecznie, z roztropnością wielką“, — jak mówi stary tekst hermetyczny w ogólnej formule tajemnic.

Powrócimy nieraz jeszcze do tego przedmiotu. Teraz, gdyś chętna, podaję ci jedyne zwierciadło do skupienia, jedyny kamień probierczy do hartowania twej woli, prawdziwy kawał nieba-zwierciadła, oprawnego w słowa, na którem wola twoja ma się uczyć codziennie.

To prosty tekst modlitwy: *Ojcze nasz*,—tekst niebiański, pokarm codzienny milionów ludzi od wieków dwudziestu.

Wierz mi—nim sama tego nie odkryjesz — iż jest to z tekstów tekst nigdy nie wyczerpany w swej treści, tekst, w którym niedocieczenie wszechistna treść ducha zawarta. Nigdzie więc skupienie ludzkie nie może mieć lepszej próby i szkoly.

Odmawiaj codzień zrana i wieczorem te słowa w ten sposób, byś była każdemu słowu przytomna, by nic twej uwagi nie płoszyło, byś mogła wszystko wygłosić w jednem ducha skupieniu, by wola twoja każdy wyraz przybiła złotym gwoździem aż gdzieś tam na bramach jasnych wieczności, byś w każdy wyraz włożyła całą swą istotę, byś każdy wyraz czuła, widziała do głębi jego treści najgłębszej. Gdy poczniesz: *Ojcze nasz*, byś w tych wyrazach czuła całą tajemnicę wyrazu *Ojcze* — Dobroci wszechistnej— siebie pokorną w stosunku do tej Dobroci—powszechność tego *Ojcostwa* — cud stworzenia — głębie nieprzejrzane—miłość nieprzebraną, która ci daje możność, acz pyłowi, sięgać do tej miłości, i tysiąc innych uczuć i myśli-błyskawic strzelistych — wszystkie z każdym wyrazem w jednę złotą treść się wiążące, na jednej fali ducha gorącej spływające.

I tak co do każdego wyrazu—i tak co do całości, jak do jednego wyrazu.

Wierzaj mi, tak dobrze wygłosić te krótkie słowa — na jednej fali ducha skupionego, by w każdym wyrazie było całe uczucie przytomne w całem uczuciu każdy wyraz przytomny, by całość była, jak jeden wyraz, i każdy wyraz, jak całość, potrafią tylko anieli lub święci na niebie.

Tu, na ziemi, nikt jeszcze może tych słów tak dobrze nie wygłosił, by każdy wyraz stał się całym duchem i owem *słowem* przedwiecznem choć w części.

Tekst bowiem ten wszechistny jest niewyczerpany, jak duch ludzki. Dążność twa atoli skupienia ducha i woli już pół-cudu dokona, i modlitwa, w ten sposób w dążności wygłoszona, po tygodniu da owoc w twym duchu—*słowa, które się ciałem stają.*

Takiej bowiem modlitwie Bóg nie jest mocen odmówić—gdy prosi z *dobrą wolą.*

Nadewszystko proś jednak o samą *dobrą wolę.*

ODDYCHANIE.

List V.

Rozumiesz już, droga pani, że dzieło, do którego prowadzimy, jest dziełem pokoju i pamięci życia, że sprowadza się ono ze swej roli biernej i automatycznej do roli pamiętnej, czynnej i twórczej choć w części, by tą drogą automatyzmowi życia nadać przynajmniej jaki taki ruch i kierunek przewodni jedności i harmonii, w którym już dalej postępować będzie mniej ślepo.

Wiesz już, że pierwszym warunkiem tego dzieła odrodzenia i jego początkiem jest uciszenie w tobie tego żywiołu *duszy,* pojętej prawie namacalnie, jako materyału głównego do tworzenia form życia, z których się ciało twe odwzorowywa.

Wiesz już, że w zarządzonym tym materyale, którego nawała bezładna ma przejść już teraz do stanu względnego uciszenia i gotowości służebnej, wola twa i świadomość czynna ma rozpocząć swe wielkie dzieło tworzenia,—że narzędziem jej jest *koncentracya* czyli skupienie, która władzą swoją pamiętną, przez kilka choćby chwil zatrzymywaną, zdoła z owego materyału stworzyć *obraz*, główną podstawę życia widomego,—że praktyka i szkoła w tym kierunku ma cię z gruntu odrodzić—zrobić cię piękną i szczęśliwą , sprowadzić twe życie do roli władczej twórców powszechnej Doskonałości, życiu przyświecających, do roli, pamiętnej swych celów, — że, słowem, cała rzeczywistość życia, która jest twą *wolą* i *wiedzą*, ma dźwignąć się w tobie i stać się nowym człowiekiem, człowiekiem *pokoju i dobrej woli*, jakim jedynie na ziemi człowiek być powinien.

Teraz przejdziemy do środków pomocniczych zewnętrznych, które ci w tej koncentracyi czyli skupieniu mogą być wielce pomocne—jeżeli nie z gruntu niezbędne.

Środkiem tym naczelnym jest *oddychanie*, funkcya najważniejsza w życiu ludzkiem i w życiu całej przyrody.

Tu ci odrazu muszę powiedzieć ogólnie, iż wszyscy oddychamy źle i niedoskonale: nie—jak my chcemy, lecz—jak żywioł w nas chce, — iż bezładny bieg naszego życia zgotował nam oddech bezładny, nie wibrujący zgodnie z prawem powszechnej harmonii i wibracyi, światom i ży-

ciu tak doskonale przekazanej. Tworząc przeto swym oddechem dokoła atmosferę bezładną, sami się w tej bezładności kąpiemy, ponosząc jej skutki fatalne. Tą drogą powstał bezładny automatyzm oddechu — skutek bezładnego automatyzmu naszego życia.

Rozumiesz więc już dobrze, że, nakazawszy sobie choć przez kilka chwil dziennie oddychanie, zgodnie z prawem, z wibracyą twej woli twórczej i twej świadomości czynnej, wkoleisz organizm do pewnego rytmu, do podobieństw powszechnej Doskonałości, który, z jednej strony tworzony pamiętnie przez twą wolę, z drugiej— tęż wolę wzajem wzmagać będzie, posuwając wspólnie dzieło Doskonałości. *Wszystko* bowiem *we wszystkiem*, i skutek staje się nową przyczyną w łańcuchu woli twórczej. Dzieło pamiętne tworzy ład, który toż dzieło pamiętne syci i wspomaga.

Przedstawię ci więc tutaj pobieżnie dwie strony teoryi oddychania: jednę — egzoteryczną, zewnętrzną, znaną powszechnie, acz nie do gruntu, którą dzisiejsi nasi hygieniści stale zalecają, drugą—ezoteryczną, wewnętrzną, zgodną z założeniami naszego dzieła, dorobek uświęcony wiedzy tradycyjnej, zgodnie z przepisami hinduskiej *Jogi*, czyli nauki jedności i złączenia człowieka z Bytem. Obie teorye mają się wspomagać i obie mają być święcone w twojej woli twórczej.

Druga ta teorya, zgodnie z założeniami naszego dzieła, ma drogą kontroli oddechu, umiejętnego i pamiętnego oddychania przez kilka mi-

nut w ciągu dnia, powołać z przestrzeni i zmusić w człowieku do harmonijnej wibracyi ową *duszę* świata, owo źródło energii, ów materyał twórczy, o którym mówiliśmy (Hindusi chrzczą ów pierwiastek wszechistny mianem *prana*), dla którego znane *siły* i składowe części powietrza są niejako odzieżą, a który, będąc również istotą naszego życia, przez wolę naszą, jako przez magnes przyciągliwy, może być asymilowany i nagromadzany w ciele, tworząc dzieło odrodzenia, wzmagając też wolę i rozwijając nawet w człowieku władze t. zw. nadprzyrodzone.

Życie—to oddychanie. Jest to funkcya najważniejsza. Bez jedzenia i picia człowiek żyć może nawet tygodnie, bez oddechu nie może żyć w stanie zwykłym dłużej nad minuty. Pierwszy ruch noworodka—to wdech głęboki, powitanie życia i świata,—ostatni ruch starca — to wydech głęboki, pożegnanie życia i świata. Pośrodku — ileż oddechów, jak poszarpanych, ile treści bolesnej niosących! Życie—to historya oddechów.

Oddech doskonały winien być pełny, głęboki i rytmiczny. Przytem—zawsze przez nos, jako przez futerał i filtr ochronny przyrodzony. Tak oddycha dziecko i dziki. Człowiek ucywilizowany wypaczył harmonię i pełnię oddechu. Życie ludzkie jest wypaczaniem harmonii, lecz zarazem i dążeniem do niej—poprzez szereg wypaczeń—drogą świadomego.

Z kopca swych błędów, z nieprawości stoga,
Człek sięga wreszcie swego nieba — Boga.

W nieświadomem życiu—harmonia i w ostatecznem świadomem—taż harmonia. Pośrodku—próba. Życie wszechczasów jest sprowadzaniem nieświadomego do jego pełni świadomej, dalekiej.

Oddech zły i niekontrolowany powoduje mnóstwo chorób, a głównie suchoty, ową *plagę rasy białej*, wykrzywia budowę, paczy organy, uszczupla żywotność, rozstraja nerwy, osłabia trawienie i wogóle zubaża całą przemianę organiczną.

Oddech kontrolowany podług pewnych metod, chociażby po kilka minut w ciągu dnia, wkoleja organizm do powszechnego rytmu—i mocą swego wibrującego zgodnie z zasadą najwyższą początka, woli twórczej, świadomości czynnej, ściąga do ciała zewsząd homogeniczny swój pierwiastek twórczy, *siłę życiową*, *duszę świata*, *pranę*, jak to nazywają hindusi. Wzmaga on samą wolę i organizm zbawiennie swem nagromadzeniem odradza.

Zanim atoli podam ci niektóre z tych metod zbawiennych, nader proste do zastosowania, muszę ci w zarysie najogólniejszym przedstawić całą cudowną maszyneryę tych organów w człowieku, które służą do oddychania, i łącznych z niemi, na które ono główny wpływ wywiera.

Przejdziemy więc w krótkości: 1) ustrój organów oddechowych, 2) ustrój organów krwionośnych i proces krążenia krwi i 3) ustrój nerwowy w związku z poprzedniemi,—wszystko to w celu, byś *dobrem widzeniem* rzeczy twórczą swą pracę skuteczniej posuwała.

Dziwnie bo człowiek nie ciekawy tego, co się w nim dzieje, a przyznasz, że niemożna kierować siłą, nie *widząc* wpierw dobrze maszyny, i że dobra gospodyni zawsze ma przed oczyma rozkład swoich komór. Maszyna zaś ludzka jest iście najcudowniejsza.

Powołuję tedy nanowo twoję wyobraźnię i niczego więcej nad to ci nie życzę, jak—żebyś choć po kilka chwil w ciągu dnia *dobrze widziała*, choć w zarysie, tę cudowną maszynę w sobie. Będzie to wielki postęp w twojej pracy wórczej. Będzie to już gwarancyą jej czystości i prawidłowości.

Na organy oddechowe składają się płuca i przewody oddechowe, które do płuc prowadzą. Płuca są w liczbie dwóch. Zajmują one symetrycznie komorę opłucną klatki piersiowej z dwu stron, oddzielone pośrodku sercem, większemi naczyniami krwionośnemi i grubszemi przewodami oddechowemi. Płuca są wolne we wszystkich kierunkach, prócz u *wnęki*, która składa się głównie z oskrzeli (bronch), żył (wen) i tętnic (arteryi), wiążących płuca z przewodem powietrznym (*trachea*) i z sercem. Płuca są puszyste, gąbczaste; tkanka ich elastyczna. Pokryte subtelną, lecz mocną *opłucną*—worem, którego jedna ściana przylega szczelnie do płuc, druga do strony wewnętrznej klatki piersiowej, a który wydziela ciecz, podczas oddychania spływającą swobodnie po powierzchniach wewnętrznych ścian.

Przewody oddechowe składają się z nosa, gardzieli (*pharynx*), krtani (*larynx*), przewodu

powietrznego (tchawicy) lub *trachei* i z przewodów oskrzelowych lub *bronch*.

Oddychając, wciągamy powietrze przez nos, gdzie się ono ogrzewa natychmiast przez zetknięcie z błoną nosową, suto zaopatrzoną w krew; powietrze następnie przechodzi przez gardziel i krtań do przewodu oddechowego (*trachei*), który rozgałęzia się na mnóstwo mniejszych przewodów, zwanych oskrzelami (*bronchami*), a które mnożą się dalej i kończą niezmiernie drobnemi rozgałęzieniami we wszystkich drobnych komórkach powietrznych płuc, zwanych *pęcherzykami*, których one zawierają miliony. Gdyby rozpostrzeć te komórki na jednej powierzchni, zajęły by one przestrzeń 14,000 stóp kwadratowych!

Powietrze wprowadza się do płuc przez działanie przepony brzusznej (*diafragmy*), wielkiego, mocnego, na wzór liścia, mięśnia, rozpostartego wpoprzek klatki piersiowej, oddzielającego klatkę od żołądka. Działanie przepony, jak i serca, jest prawie automatyczne, zabiegiem atoli woli może być sprowadzone do funkcyi półświadomej. Gdy przepona natęża się, powiększa objętość klatki i płuc, i wtedy powietrze napływa do próżni gotowej. Gdy przepona się zwalnia i płuca się zwężają, powietrze wyrusza z płuc.

Na tem zakończymy ten list. Utrwal to sobie *obrazem* w pamięci, do czego ma ci dopomódz rysunek dołączony [1]. W następnym liście

[1] Ob. ostatnie stronice książki.

przejdziemy do sprawy *obiegu krwi*—owego najcudniejszego tłoku i irygacyi przedziwnych terenów ciała, zarządzonych przez Inżynieryę Najwyższą.

ODDYCHANIE

(ciąg dalszy).

List VI.

Krew, ów płyn życiodawczy, jak ci wiadomo, droga pani, jest wyrzucaną przez serce, ów motor najwytrwalszy, za pośrednictwem tętnic (arteryj) do naczyń włoskowatych, docierając wszystkich zakątków ciała, ożywiając je, sycąc i krzepiąc. Za pośrednictwem tak samo naczyń włoskowatych wraca ona inną drogą, przez żyły (weny), do serca, zkąd znów się wytłacza do płuc.

Krew wyrusza w swą drogę arteryalną jasna, czerwona i bogata, zasobna w odżywcze własności; wraca drogą wenalną uboga, ciemnoniebieska, obciążona materyą zatrutą organizmu.

Wyrusza, jak potok świeży z gór, wraca, jak strumień wody zamulonej. Brudny ten strumień wpływa do prawej komory serca. Gdy komora ta się napełni, serce kurczy się i wyrzuca potok krwi przez otwór w prawym przedsionku serca, który wysyła ją przez tętnicę płucną i jej rozgałęzienia do płuc, gdzie przez miliony naczyń

włoskowatych wpływa do komórek powietrznych płuc, t. zw. *pęcherzyków* płucnych.

Jakaż jest rola płuc w tem dziele?

Brudny strumień krwi rozlał się w milionach pęcherzyków płuc. Gdy wdychamy powietrze, tlen z powietrza wchodzi w zetknięcie z krwią nieczystą poprzez drobne ścianki naczyń włoskowatych, które to ścianki są dostatecznie mocne, by zatrzymać krew, lecz nie dość mocne, by tlen tam nie dotarł. Gdy tlen złączy się z krwią, następuje rodzaj spalania: krew pochłania tlen i pozbywa się kwasu węglanego, pozostałego z zatrutej i zepsutej materyi, zebranej przez krew z całego organizmu. Krew, w ten sposób oczyszczona i utleniona, kieruje się znów do serca, jasna, suta, czerwona, nasycona własnościami odżywczemi. Dosięgłszy lewej komory serca, wtłacza się ztąd do lewego przedsionka, zkąd znowu przez tętnice rusza w swą okolną podróż organiczną. W ciągu 24 godzin tą drogą około 18.000 kwart przechodzi przez naczynia włoskowate płuc i utlenia się na obu ich powierzchniach.

Nieświeża tedy lub niedostateczna fala powietrza, nie utleniając wszystkiej krwi zepsutej, znów ją wpędza do organizmu, rozstraja krążenie, zatruwa organizm, powoduje choroby. Gdy utlenianie ustaje, następuje śmierć.

Złe utlenianie, t. j. w niedostatecznej ilości przez złe oddychanie, zubaża cały organizm, tworzy anemię, tamuje rozwój, rozstraja funkcye. Od dobrego utleniania krwi zależy dobre utlenianie

pokarmów i trawienie ich. Cała wątłość płuc i budowy — to niedostateczne utlenianie krwi, niedostateczny dopływ powietrza do płuc. Brak dostatecznej ilości tlenu powoduje niedostateczną odżywczość, niedostateczną przemianę, niedostateczne zdrowie. Życie—to oddychanie.

Na działaniu powietrza wraz z zawartym w niem tlenem kończy się właściwie cała wiedza dzisiejszej nauki oficyalnej, wspartej na doświadczeniu *zewnętrznem*.

Dobrze jeszcze, gdy reszta osłania się zdawkowym wyrazem: *energia*.

Dziwić się temu nie można—i tak jest, jak być w kolei powinno.

Wiedza dzisiejsza nie rozwinęła jeszcze w sobie i nie kładzie nawet jeszcze sobie za zadanie rozwoju doświadczenia *wewnętrznego*, które jest całą dźwignią poznania prawdy, a które ma iść współrzędnie z doświadczeniem *zewnętrznem*, by dać ich syntezę.

Wiedza dzisiejsza nie stworzyła jeszcze dostatecznie w sobie *samej rzeczywistości* wiedzy: jakże i czem ma ją ogarnąć? Kropla w oceanie nie stała się jeszcze miarą dostateczną, by mierzyć mogła ocean.

Rozum naukowy nie jest jedyną władzą w człowieku, prawda ma płynąć z zespołu wszystkich władz.

Wiedza dzisiejsza wyłącza *uczucie* i boi się jego cienia (jakkolwiek cień ten wszędy ją ściga), gdy tymczasem *uczucie* jest może główną dźwignią wiedzy.

Tak jednak, jak jest, być powinno, gdyż człowiek ma swe stopnie, które sam sobie stwarza.

Można by wprawdzie ubolewać, że stopnie te nie dość wysokie—pamiętać atoli należy, że stopnie za wysokie i nieodpowiednie do czasu były by dla ludzi istną wieżą Babel. Człek zresztą poza ludźmi — acz zawsze śród nich i z miłością dla nich—może stopnie swe tworzyć.

Wiedza tradycyjna, wiedza wysokich stopni, i dla tego nie powszechna,—wiedza „kapłańska", do dzisiaj żywą rzeką acz w ukryciu, płynąca, wsparta na doświadczeniu głównie *wewnętrznem*, odkryła zdawien i dotknęła, by tak rzec, palcami ducha, ów pierwiastek tajemniczy, który jest dźwignią wszechżycia, dla którego wszystkie znane *siły i energie* (ciążenia, elektryczności i t. d.), wszystkie formy świata, od najwyższej do najniższej, są cieńszą lub grubszą odzieżą. Hindusi nazwali to *praną*, co znaczy, mniej więcej: energia przedwieczna, absolutna. Myśmy to dla prostoty mianowali *duszą*, w przeciwstawieniu do *ducha*,—*ciałem astralnem*, przędzą twórczą wszechistną.

Prana wszędy przenika, jest ona w powietrzu, lecz rola jej większa, istotniejsza, niż tlenu dla życia zwierzęcego, niż kwasu węglanego dla życia roślinnego, które są jej odzieżą,—i nie zawarta wyłącznie w działaniu fizyologicznem wiadomem.

Prana ta, *dusza*, wchodzi, jak ze wszyst-

kiém, w związek z zasadą naczelną naszego życia, *wolą, świadomością czynną* i absolutną, dla której ona jest ze swej strony ciałem i odzieżą, jak dla niej odzieżą są znane siły, energie i cała materya widzialna. Nie jest ona wraz ze swą formą tą samą *wolą*, pojętą najwyżej, jak chcą tego panteiści materyalistyczni i popularni mędrcowie Wschodu, którzy odzież Boga—świat—utożsamiają z samym Bogiem. Po odzieży Boga możesz poznać poniekąd Boga, jak po odzieży człowieka możesz poznać poniekąd człowieka, od odzieży atoli do istoty droga jeszcze daleka. *Wola* owa jest *obrazem* samego Boga i cząstką Jego istoty—i dlatego tak trudno człowiekowi cząstką tą wznieść się do całości, by ją ogarnąć, —i dla tego *obraz* Boga bierze za samego Boga i szatę Jego za Jego rzeczywistość.

Jedność świata i Boga, odzieży i istoty, jest i zostanie nazawsze może tajemnicą najwyższą, jak jest tajemnicą najwyższą jedność człowieka i jego *woli* poznającej,—i człowiek w dociekaniu jedności i w dążeniu do prawdy nie może się oprzeć na niczem innem, jak na rozdwojeniu: Boga od świata, siebie od swojej *woli* poznającej. Bez tego rozdwojenia jedności nie masz dociekania jedności. Jedność absolutna nie docieka, nie czuje, nie żyje w czasie i przestrzeni, gdyż sama jest prawdą i drogą, i życiem. Wyraża się *wiarą* absolutną, jak dociekanie wyraża się *wiedzą* mędrców. Lecz i wiara najwyższa ludzka jest także tylko jej cieniem.

Zatrzymał nas na chwilę poszmer absolutu,

poszmer nie bez szkoły dla ducha. Wróćmy do rzeczy niższych.

Ponieważ *prana* owa jest odzieżą dla *woli, świadomości czynnej*, i ponieważ ta odzież niechwytna, rozproszona we wszystkich przestworzach, jest *duszą* wszystkiego, nie dociekając przeto jej jedności z istotą, orzec możemy, że przez *wolę* może być użytą, jak używa się odzież i wszelki materyał twórczy,—może być skupioną, nagromadzoną, urobioną w formy, jakich ta wola zapragnie. Gdy wola tedy swą pracę dobrze skieruje, t. j., gdy działać pocznie świadomie do rytmu z jej ruchem, który jest wyrazem powszechnej Doskonałości, otrzyma rezultaty stokrotne i błogosławione, i sama się wzmoże cudownie.

Jedną z dróg ważnych do nagromadzenia w ciele tej *prany* jest oddychanie.

Organem jej specyalnym w ciele—mózg i system nerwowy. Czem powietrze dla płuc i krew dla serca, tem *prana*—dla mózgu i systemu nerwowego. Utlenia ona na swój sposób myśli i uczucia, jak powietrze utlenia krew. Utlenia ona wolę. Bowiem analogie są zasadą bytu i *wszystko* jest *we wszystkiem*.

Poznajmy przeto jeszcze—również w zarysie najogólniejszym — budowę systemu nerwowego i proces pochłaniania przez niego *prany*, co jest już stroną ezoteryczną, wewnętrzną, fizyologii, nieznaną wpelni naszym fizyologom Zachodu.

Ustrój nerwowy, zarządzający wszystkiemi sprawami organizmu, składa się z dwóch systemów: mózgowo-rdzeniowego i sympatycznego.

Na pierwszy składa się mózg i rdzeń pacierzowy z nerwami i rozgałęzieniami, które idą od nich. Przewodzi on nad funkcyami życia czuciowemi, woli i t. p. System sympatyczny (spółczulny) zajmuje tę część całego ustroju, która mieści się głównie w jamach piersiowej i brzusznej i rozprzestrzenia się na organy wewnętrzne. Czuwa on nad funkcyami życia roślinnego, t. zw. nieświadomemi, jak krążenie krwi, oddychanie, trawienie.

System mózgowy jest organem *ja* ludzkiego do porozumiewania się ze światem. Może być porównany do ustroju telefonicznego, gdzie mózg jest stacyą centralną, rdzeń pacierzowy kablem i nerwy—drutami łączącemi.

Mózg jest masą tkanek nerwowych i składa się z trzech części: 1) *Mózgu właściwego (Cerebrum)*, który zajmuje górną część, przód, środek i tylną część czaszki; 2) *Móżdżku (Cerebellum)*, który zajmuje niższą i tylną część czaszki i 3) *Rdzenia podłużnego (Medulla oblongata)*, który jest rozszerzonym początkiem rdzenia pacierzowego i leży przed i naprzeciw móżdżku.

Mózg jest organem funkcyi myślowych, móżdżek przewodzi nad ruchami dowolnemi mięśni. *Medulla oblongata* wraz z nerwami mózgu i czaszki sięga rozgałęzieniami różnych części głowy, organów właściwego czucia, niektórych organów piersi i żołądka, i organów oddechowych.

Rdzeń pacierzowy składa się z długiej masy tkanki nerwowej, rozgałęziającej się u niektórych

kręgów kręgosłupa ku nerwom łącznym we wszystkich częściach ciała.

System sympatyczny albo *spółczulny* składa się z dwu zwojów nerwowych (*ganglia)* po stronach kolumny pacierzowej i z poszczególnych zwojów nerwowych szyi, piersi i brzucha. (*Ganglion*—masa materyi nerwowej wraz z komórkami nerwowemi). *Ganglia* łączą się nerwami z sobą i z całym systemem mózgowo-pacierzowym za pomocą nerwów ruchowych (odprowadzających) i czuciowych (doprowadzających). Od zwojów tych liczne żyły rozgałęziają się ku organom ciała, krwionośnym naczyniom i t. d.

W niektórych miejscach nerwy się spotykają i tworzą *sploty (plexus)*.

To, co fizyologowie Zachodu zwą *siłą nerwową*, a co Hindusi mienią zjawem *prany*, z szybkością iskry elektrycznej przebiega od mózgu do wszystkich części ciała, dając zjaw ciała żywego. Bez tej *siły nerwowej* życie jest nie do pomyślenia.

Tak zwany *splot słoneczny* (*plexus solaris*), który fizyologowie Zachodu uważają za zwykły zwój nerwów sympatycznych, jak *ganglia* w różnych częściach ciała,—zdaniem Hindusów i nauki tradycyjnej jest najważniejszą częścią systemu nerwowego, rodzajem *mózgu brzusznego*, grającego nader ważną rolę w ekonomii organizmu ludzkiego. Splot ten położony w okolicy otrzewnej (epigastrycznej) z dwu stron kolumny, naprzeciw *pępka brzusznego*. Składa się on z białej i szarej materyi, podobnej do materyi mózgo-

wia. Czuwa nad organami wewnętrznemi i jest wielkim, śpichlerzem owej *siły nerwowej*, *prany*, *duszy*. Ztąd silnem dmuchaniem na ten *plexus* można zabić człowieka, o czem wiedzą zapaśnicy zawodowi. Hinduscy *joginowie*, czyli ludzie, sprawujący *jogę*, umieją nagromadzać do niego świadomie zapas *prany* i nią kierować, tak, że przedostając się potem poprzez specyalny kanał rdzenia pacierzowego, nieznany fizyologom Zachodu, i docierając do mózgu, obudza tam własności nadprzyrodzone: jasnowidztwa, zdolności zawieszania życia i t. d.

Te jednak rzeczy tajemne wychodzą poza zakres mojej z tobą rozmowy, droga pani, i dla tego na tem ogólnem zaznaczeniu urywam wątek magiczny.

W następnym liście wskażę ci, jak masz oddychać dowolnie.

ODDYCHANIE.
(Ciąg dalszy).

List VII.

Pierwszym nakazem dobrego oddychania, droga pani, jest oddychanie przez nos. Oddychanie przez usta, zarówno w dzień, jak podczas snu, jest barbarzyńskiem wypaczeniem natury przez człowieka ucywilizowanego, żyjącego w wirze bezładnym i wir ten bezładny przyswajającego. Kobieta dzikich plemion instynktownie

zatyka usta dziecku, gdy ono przez nie oddycha zmienia mu kierunek głowy, nie pozwalając na to zaraźliwe i zdrożne czerpanie. Kobieta ucywilizowana instynkt ten utraciła. Oddychanie przez usta powoduje więcej chorób i skrzywień w zarodzie, niż człowiek to sobie narazie zdolen uprzytomnić.

Przyroda utworzyła futerał ochronny, wentyl i filtr—nos ludzki, który 1) zatrzymuje swemi włoskami wewnętrznemi kurz i nieczystości, 2) ogrzewa powietrze przez subtelną błonę. Katary i przeziębienia — to skutek bezpośredni oddychania przez usta.

Jak się nie je nosem, tak się nie oddycha ustami. Różnica oddychania przez usta i przez nos jest taka, jak picie wody brudnej i wody dystylowanej. Nos—to dystylator.

Czy może być co brzydszego nad widok człowieka nieobyczajnego, śpiącego z wyrazem zmory na twarzy, z wyrazem troski jakiejś ogłupiałej, z ustami rozwartemi, jak odrzwia iście chlewika. Ileż nieczystości, znanych i nieznanych, pochłania jego dusza nieczysta! Wszystkie zwierzęta oddychają przez nos, człowiek jedynie wypaczył przyrody zabiegi opatrzne.

Raz tedy na zawsze pamiętaj, droga pani, że oddychanie przez usta daje przystęp do organizmu fali zimnej, szkodliwej, kurzowi i nieczystościom. Zamknij raz na zawsze usta do oddychania. Pomnij, że mają się one otwierać jedynie — by mową dać świadectwo twej myśli ro-

zumnej, by wreszcie przyjąć pokarm z darów przyrody, w akcie koniecznym i opanowanym.

Nos od nieczystości można w razach niektórych oczyszczać podług sposobu wschodniego: wciągnięcia trochy wody świeżej przez nos i wyrzucenia jej przez usta. Niektórzy jogin'owie zanurzają twarz w miednicę, wciągając wodę przez nos, jak przez pompkę, i wyrzucając ją przez usta. Ma to strzedz najskuteczniej od bólów głowy—stosowane zrana. Dalsze atoli sposoby oddychania, które ci przedstawię, rzecz tę zastąpią w zupełności.

Mechanizm oddychania uskutecznia się przez ruch rozciągliwy płuc i przez czynność boków i osady klatki piersiowej, w której zawarte płuca, wraz z jej 24 żebrami (7 par większych i 5 t. zw. fałszywych). Czynności rozszerzania klatki i płuc dokonują mięśnie, które obrazowo możemy nazwać oddechowemi. Na dobrem użyciu i kontroli tych mięśni polega wiedza wschodnia oddychania. Przy jej zastosowaniu otrzymuje się *maximum* rozszerzenia płuc i największy dopływ pierwiastków ożywczych do organizmu.

Wiedza wschodnia Jogi odróżnia 4 sposoby oddychania, 4 oddechy:

1) oddech górny,

2) oddech pośredni,

3) oddech dolny, czyli głęboki, i

4) najdoskonalszy: oddech zupełny jogi — synteza i połączenie trzech poprzednich.

I) Oddech górny, t. zw. obojczykowy, daje *minimum* korzyści przy *maximum* natężenia: po-

lega na uniesieniu wyłącznem obojczyków, ramion i żeber. i parciu fali ku przeponie, która się unosi. Jest to oddech najgorszy — prawdziwe trwonienie energii. Polecają go często śpiewakom, mówcom, kaznodziejom—psując im głosy i zdrowie. Możesz sprawdzić bezzasadność tego oddechu na sobie. Wytchnij najpierw powietrze, potem stań prosto z rękoma u boków, unieś ramiona i obojczyki i oddychaj. Zobaczysz, jak przypływ jest ubogi. Potem opuść ramiona i obojczyki i westchnij. Różnicę postrzeżesz namacalnie.

II) Oddech pośredni: klatka wraz z żebrami rozszerza się częściowo, przepona się unosi, żołądek wciąga. Oddech to zwykły ludzi, nie kontrolujących się przy oddychaniu. Lepszy od pierwszego, choć znacznie gorszy od dobrego oddechu głębokiego, nie mówiąc już o najdoskonalszym oddechu zupełnym Jogi.

III) Oddech głęboki, t. zw. *brzuszny* albo *przeponowy*, polecany w hygienie Zachodu, najlepszy z oddechów użytku powszedniego. Przepona, która dla żołądka jest, jak niebo dla ziemi, dla klatki zaś piersiowej, jak powierzchnia wzgórzysta. Przy oddechu głębokim opuszcza się i uciska na żołądek. Płuca wchodzą więcej w grę, niż przy oddechu górnym i pośrednim, napełnia się atoli tylko dolna ich przestrzeń.

IV) Oddech zupełny, najdoskonalszy, dorobek jogin'ów, wprowadza w grę doskonałą cały przyrząd oddechowy, wszystkie części płuc, wszystkie mięśnie i wszystkie komórki powietrzne. Łą-

czy on zalety wszystkich oddechów i wyłącza ich niedostatki. Daje *maximum* korzyści przy *minimum* wydatkowania energii. Przepona jest pod doskonałą kontrolą. Jedne mięśnie utrzymują mocno w pozycyi żebra niższe, podczas gdy inne prą je odwewnątrz. Środek klatki rozszerza się najdoskonalej. Przy tem działaniu i dolne żebra unoszą się, dół klatki napełnia się najobficiej. Słowem, oddech zupełny Jogi łączy zalety wszystkich trzech oddechów z dodatkiem jeszcze korzyści ich zespolonego działania i rytmu normalnego, jaki się przez to otrzymuje.

Oddech zupełny jest, by tak rzec, pełnią przyrodzoną, która przez człowieka została zatraconą. Oddycha tą pełnią człowiek dziki i niemowlę. Powrót do niego wymaga narazie pewnego trudu i kontroli, skutki atoli tej pieczy są nieoszacowane. Oddychanie tą pełnią choćby po kilka minut dziennie doprowadzi wkrótce system do porządku.

Oto wzór poglądowy, który cię lepiej od teoryi przewlekłych powiadomi:

1) Stań lub siądź w pozycyi wyprostowanej. Wciągając powietrze przez nos, napełnij zrazu dolną część płuc, co się zaznaczy wprowadzeniem w grę przepony, lekkim jej uciskiem na żołądek i uniesieniem się góry brzucha. Potem napełnij środkową część płuc, przez rozszerzenie dolnych żeber i klatki. Potem napełnij górną część płuc, natężając górną część klatki i górnych 6 lub 7 par żeber. W tym krańcowym momencie brzucha wciągnie się zlekka, da-

jąc płucom zasób i dopomagając górnej części do napełnienia się.

Narazie zdawało by się, że oddech zupełny jest seryą z trzech oddechów. Tak jednak nie jest w istocie. Jest to jeden oddech przeciągły. Cała próżnia klatki piersiowej od przepony aż po obojczyki ma się napełniać ruchem jednolitym. Praktyka szybko usunie tę dążność do podziału na 3 ruchy i spowoduje jeden — przeciągły, harmonijny.

2) Zatrzymaj oddech przez kilka sekund.

3) Wydychaj zwolna, utrzymując klatkę w mocnej pozycyi, wciągnąwszy trochę brzuch i unosząc go zlekka w miarę, jak powietrze ustępuje. Gdy całkiem już je wytchniesz, zwolnij klatkę i brzuch. Trochę wprawy uczyni wkrótce ten oddech prawie samorzutnym — jednolitym, ciągłym, zupełnym. Sumienność i wytrwałość jest tu obowiązująca jaknajbardziej.

ODDYCHANIE.

(Dokończenie).

List VIII.

Droga pani! Z całego licznego szeregu oddechów podług teoryi wschodniej Jogi podaję ci tylko kilka, które uważam za najniezbędniejsze.

Praktyka twoja i zamiłowanie rzeczy same sobie na tym gruncie przysporzą. Jednym z najważniejszych tedy jest *oddech* tak zwany *oczysz-*

czający, którym kończyć się ma zawsze praktyka poszczególnych oddechów. Oczyszcza on płuca, pobudza komórki, daje ton ogólny organom oddechowym, odświeżając je zarazem znakomicie. Oto wzór tego oddechu.

Oddech oczyszczający.

1) Wykonaj wdech zupełny.

2) Zatrzymaj go parę sekund.

3) Złóż usta, jak do gwizdania (nie wydymając atoli policzków), wytchnij trochę powietrza z siłą znaczną. Potem zatrzymaj się, wstrzymując oddech, potem znowu wytchnij więcej. Powtarzaj aż do zupełnego wytchnięcia fali. Przy wydychaniu tem ma być użyta stopniowo pewna siła i wzmożenie.

Następny oddech do polecenia — to *oddech głosowy*, który świetnie rozwija, nastraja, oczyszcza i umacnia głos.

Oddech głosowy.

1) Wykonaj oddech zupełny, bardzo wolno, falą jak można najdłuższą i najpełniejszą.

2) Zatrzymaj parę sekund.

3) Wytchnij powietrze z mocą w jednym wielkim wydechu przez usta otwarte.

4) Oczyść płuca przez oddech oczyszczający.

Dla umocnienia i rozwoju mięśni oddechowych, bardzo polecany jest *oddech wstrzymany*.

Oddech wstrzymany.

1) Stań prosto,

2) Wykonaj oddech zupełny,

3) Zatrzymaj, jak można najdłużej,

4) Wytchnij jedną mocną falą przez usta otwarte,

5) Zastosuj oddech oczyszczający.

Bardzo pokrzepiający jest również *oddech przechadzkowy.*

Oddech przechadzkowy.

1) Chodź krokiem miarowym, z głową trochę uniesioną, podbródkiem cofniętym, ramionami w tył.

2) Wykonaj wdech zupełny, licząc w myśli 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, raz na każdy krok, by wdech cały zakończył się na 8.

3) Wydychaj zwolna przez nos, licząc 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, raz na każdy krok.

4) Pozostań bez oddechu, chodząc dalej i licząc 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, raz na każdy krok.

5) Powtarzaj to chodząc, dopóki się nie zmęczysz. Wtedy spocznij i sprawdź dobry skutek. Powtarzaj kilkakrotnie w ciągu dnia.

Niektórzy joginowie zatrzymują oddech na 4, zamiast na 8. Rób, jak ci będzie dogodniej, i wkładaj w to całą sumienność.

Jest wiele innych sposobów, które pomijam, połączonych z ruchami gimnastycznemi, w pozycji leżącej (bez podściółki pod głowę), siedzącej lub stojącej, jak np.: przy wdychaniu zupełnem prężenie stopniowe kiści zaciśniętych i mięśni w ruchu półkolnym rąk wyprostowanych, — jak np.: przy zatrzymaniu wdechu zupełnego uderzanie się zlekka szybkie palcami obu rąk po piersiach i potem wydech — i t. d. i t. d. Naj-

ważniejsze atoli są: ogólny *oddech zupełny* i *oddech oczyszczający*, które już znasz.

Nadto podaję ci jeszcze jeden ogólny, który bym ci najbardziej polecał do kilkominutowej praktyki codziennej. Jest to, by tak rzec, *oddech klasyczny* joginów:

1) Siądź w pozycyi wyprostowanej, bacząc na linię prostopadłą krzyża i głowy.

2) Przyciśnij wielkim palcem prawej ręki prawe nozdrze nosa, przez co zatkasz prawy otwór nosa, i wykonaj wdech zupełny (na 8 lub na 6 jedności, jak ci wygodniej) przez otwartą dziurkę lewą nosa.

3) Zatrzymaj w tej pozycyi oddech przez 4 lub 3.

4) Odejmij palec duży od prawej dziurki i tuż palec drugi przenieś na lewe nozdrze, zatykając lewy otwór szczelnie. Wydychaj prawą dziurką zwolna przez 8 lub 6.

5) Pozostań w tej pozycyi bez oddechu przez 4 lub 3.

6) Tąż dziurką wykonaj znowu wdech zupełny na 8 lub 6.

7) Zatrzymaj oddech na 4 lub 3,

8) Zatkaj, jak wyżej, prawy otwór i wytchnij lewą dziurką na 8 lub 6.

Zatrzymaj na 4 lub 3—i tak kolejno, uskuteczniając seryę z 5, 6 lub 7 oddechów -i bacząc, byś się nie męczyła.'

Przy zmianie kolejnej dziurek wdech ma się odbywać tą samą dziurką, co wydech—prócz, oczywiście, pierwszego wdechu. Możesz to za-

tykanie uskuteczniać lewą ręką, poczynając od lewej dziurki. Zatrzymując n. b. oddech, najlepiej obie dziurki zatykać tuż pobliskiemi palcami. Czyń, jak ci poczucie dogodniej wskazuje, lecz czyń niezwykle sumiennie.

Oddech ten uważałbym za najkonieczniejszy, za kanon praktyki oddechowej. Może on zastąpić wszystkie inne. Wykonuj go 2 lub 3 razy dziennie o jednej i tej samej porze w seryach po 5, 6 lub 7 oddechów. Możesz dojść potem do znacznie większej liczby. Regulować ma poczucie wewnętrzne i uwaga na niemęczenie się. Po tym i po innych oddechach dobrze jest zastosować zawsze, na zakończenie, jeden lub dwa oddechy oczyszczające.

Skutki *fizyologiczne* takiej praktyki, choćby kilkominutowej, *oddechu zupełnego*, rzucają się same w oczy. Jest to gimnastyka wewnętrzna organów, o wiele ważniejsza od zewnętrznej. Zewnętrzna bez niej jest niezupełna i niedostateczna. Oddech zupełny daje ruch właściwy przeponie, umacnia ją i rozwija, krzepi i usprawnia wszystkie mięśnie wewnętrzne, wprowadza największą ilość tlenu, ożywia wszystkie komórki, pobudza żołądek, wątrobę i inne organy do pełnego działania, wzbudza cały system nerwowy. Słowem, pełni istotnie najdoskonalszą szkołę kultury wszystkich organów odwewnątrz.

Gdy już opanujesz w ćwiczeniach codziennych ten oddech zupełny i organizm już wdrożysz niejako do tej kolei, począć się ma jeszcze ważniejsza szkoła dopełniająca—oddychania ryt-

micznego, z którem wiążą się bezpośrednio skutki niepomierne, psychiczne—owej *duszy*, *prany*, o której mówiliśmy, tudzież duchowe najwyższe,—co już jest stroną ezoteryczną tej szkoły.

Wszystko jest ruchem i wibracyą, droga pani. Od góry do dołu, od najdalszych obwodów nieskończoności aż do ośrodka - człowieka i jego *woli twórczej*, wszystko drga harmonią kolejną wszechistnej Doskonałości. Człowiek jeden—ośrodek nieskończoności—wypaczył harmonię doskonałą, bowiem życie jest wypaczaniem harmonii i zarazem dążeniem do jej przywrócenia. Materyał ów twórczy, niechwytny, owa *dusza* ruchoma świata, by tak rzec, od najlotniejszej i najdoskonalszej swej substancyi aż do skłóconej w harmonii i skażonej, drga od obwodów nieskończoności do swego ośrodka—człowieka. Wola twórcza atoli, ów ośrodek ośrodka, zachowała moc boską, obraz Doskonałości, siłę mocowładną odmiany swego spaczenia okolnego i zjednania się z harmonią powszechną. O ile tedy drgać pocznie do rytmu z Zasadą najwyższą, o ile rytm ten, podstawę nieodzowną harmonii, zdobędzie, o tyle dzieło harmonii powszechnej i swego przeznaczenia po stopniach szczęścia naprzód poprowadzi. Ruch i wibracya—to prawo życia, rytm—to jego doskonałość. Rytm—to opanowanie ruchu, to dusza doskonała harmonii. Ciało twe jest ruchem (już niedoskonałym), *wola* twa *twórcza* i *świadomość czynna*—rytmem mocowładnym. Wszczepiwszy tedy rytm ów w płonkę nędzną

ciała, otrzymasz owoc harmonii doskonałej, odrodzisz całą płonkę.

Nie dziw się tedy, droga pani, że teorye wschodniej wiedzy *złączenia człowieka z Bytem wszechistnym*, czyli *Jogi*, tyle wagi do rytmu przywiązują. Jest on istotnie duszą świata. Bez niego świat by się skłócił i zapadł.

Rytm doskonały, wolą zarządzony, ściąga, by tak rzec, harmonię wszechistną, zawartą w ruchu, ściąga ów materyał twórczy subtelny, ruchowi podległy, ową *duszę* świata, *pranę*, gromadzi ją w ciele do swych planów twórczych, w sobie i naokół już ów materyał do harmonii powszechnej nastraja. Pod dalszem działaniem woli, wzmożonej już przez sam materyał, może się on urabiać do form zamierzonych, przenosić, rzutować, wspomagać miejsca skłócone, osłaniać, bronić, uzdrawiać — słowem, pełnić funkcyę posłuszną wielkiego posła proteicznego, wciąż czujnego, wciąż się zmieniającego. Takiem jest pojęcie zasadnicze *Merkurego*, owego posła bogów, w nieskażonej jeszcze przez mitologię kosmogonii greckiej, i utożsamionego potem *merkuryuszu* alchemistów, jako pierwiastka zasadniczego, podłoża twórczego owego *wielkiego dzieła*. Z form tego posła urabiać się będzie ciało i życie, a raczej, ściśle mówiąc, już tylko odtwarzać, *odlewać*, gdyż sam ów poseł w swych formach już *modłą* jest dokonaną, z której się zjaw wszelki *odlać* musi *koniecznie*. I wola, która posła tego wysyła, będzie cudowną w swych dziełach, wejdzie, jak słusznie mówią, w zakres rzeczy *nadprzyro-*

dzonych, bowiem istotnie *nad przyrodą* skłóconą zapanuje i święcić swą władzę pocznie.

Nie będę ci, droga pani, rozwijał szczegółowo dobrodziejstw psychicznych i duchowych, płynących z powołania owej harmonii,—z rytmu, w oddech ciała wszczepionego. Nie będę również rozwijał teoryi samego rzutowania owego materyału twórczego. Sprowadza się ona do ogólnej zasady twórczej, którą ci nieraz wygłosiłem, a która streszcza się w tym postulacie: *Wola twórcza*, *świadomość czynna*, działająca zgodnie z prawem powszechnej Doskonałości, może, jakie chce, formy urabiać z podległego jej materyału *duszy*, który dla niej samej jest ciałem lotnem, subtelnem, którem ona rozrządza, jak człek rozrządza swem ciałem materyalnem. Władza tej woli jest nieskończona, bowiem jest ona sama wyrazem nieskończoności. Drogą twórczą tej woli jest *obraz*, czyli *wyobrażenie*. Przez nie dokonuje się *forma*. Z form stworzonych tej *duszy* odciska się ciało ludzkie.

Wola więc sama twórcza—z rozwoju samej swej rzeczywistości i w miarę jej rozwoju—teoryę ci stwarzać będzie.

Zresztą, bądź pewną, droga pani, hinduskiej zasady szkolnej: „Gdy *czela* (uczeń) gotowy, *guru* (mistrz) się zjawia“.

Wyliczę ci tedy jedynie te fenomeny doskonałego oddechu rytmicznego, które pod wolą twórczą, przy pewnym już zasobie materyału, można bezsprzecznie osiągać:

Wola twórcza jest w stanie zgromadzony ma-

teryał *prany* (śpichlerzem *prany* w ciele jest *plexus solaris)* wysyłać i rzutować doraźnie do wszystkich członków i organów ciała, wzmagając ich siłę i żywotność;

jest w stanie kierować prawidłowym obiegiem krwi i przemiany materyi, usuwać t. zw. niedyspozycye,

uzdrawiać siebie i innych — zblizka i na odległość;

rzutować myśli i przenosić je na odległość do osób mniej lub więcej spółczulnych;

tworzyć dla siebie natychmiastową osłonę, rodzaj pancerza subtelnego, którego wibracya obca, szkodliwa, nie przedrze;

przelewać władzę twórczą na innych,

wzmagać i ożywiać natychmiastowo władze myślowe, duchowe i t. p.;

wchodzić w bliższe lub dalsze obcowanie ze światem niewidzialnym—i t. d., i t. d.

Inne władze, jak: zawieszanie funkcyi życiowych, letarg dobrowolny, unoszenie się w górę i t. p., wchodzą już w zakres transcendentalny praktyk długotrwałych i reguły ścisłej ascetycznej, których rozważanie nie jest celem tego dzieła, ani polecanie—zamiarem.

Wszystkie te fenomeny sprawują się, mniej więcej, drogą tej zasadniczej reguły:

siedzieć lub stać prosto, lub leżeć na wznak, w stanie uciszenia zupełnego duszy, oddychać oddechem zupełnym, doskonale rytmicznym, i jednocześnie kierować *pranę* drogą *obrazu* do ce-

lów zamierzonych. Wola kierująca ma być stałą, pewną, spokojną.

Wola sama twórcza będzie ci szkołą najlepszą.

Na zakończenie przedstawiam ci wzór oddechu rytmicznego—aczkolwiek rytm może być stosowany do wszystkich wyżej przytoczonych oddechów.

Rytm ma wykreślać bicie serca i utrwalić się potem w myśli.

1) Siądź w pozycyi wyprostowanej, lecz swobodnie, tak, iżby krzyż, szyja i głowa utrzymywały linię prostopadłą,—z ramionami, zlekka cofniętemi, i rękoma, swobodnie złożonemi na kolanach. Pierś nieco cofnięta i brzuch nieco naprzód podany dają najlepsze pole do oddechu rytmicznego.

2) wykonaj wdech zupełny, licząc 6 uderzeń pulsu (zrazu z ręką na pulsie, póki miary nie utrwalisz w myśli),

3) zatrzymaj oddech przez trzy uderzenia pulsu,

4) wydychaj zwolna przez nos przez 6 uderzeń pulsu,

5) wstrzymaj się od oddechu przez 3 uderzenia,

6) powtórz to wszystko pewną ilość razy, unikając zmęczenia,

7) wykonaj na zakończenie oddech, oczyszczający płuca.

Po pewnym czasie będziesz mogła powię-

kszyć stopę oddechową z $^6/_3$ na $^8/_4$ $^{10}/_5$, i t. d. aż do 15.

Narazie ustanowienie dobrego rytmu będzie rzeczą dość trudną, cierpliwość atoli i sumienność spokojna rychle trud twój uwieńczy.

Niechaj cię wspiera sam rytm twórczy woli.

JEDZENIE.

List IX.

Droga pani! Zatrzymała nas nieco dłużej sprawa oddychania, ten najważniejszy ze środków psychofizycznych kultury woli, zarządzający swym rytmem ład i uciszenie tego materyału, w którym ma wola przez *obraz i wyobrażenie* swe dzieło twórcze sprawować. Nie myśl atoli, by środek ten wraz ze swemi dobrodziejstwami miał być jedynym celem życia ludzkiego, by osiągnięcie pewnych własności, choćby nadprzyrodzonych, wyczerpywało całe przeznaczenie człowieka. Będzie to zawsze jeszcze dążenie woli egoistyczne, acz w wyższym zakresie,—będzie to zawsze jeszcze tylko szkoła i przygotowanie do wyższych bezosobowych kierunków woli—do zapomnienia o sobie i swym materyale podległym. Zapomnienie to atoli będzie nadosobowe, dobrowolne, nie zaś, jak w stanie przewagi i pastwy żywiołu, podosobowe i bezwolne. Jest więc ta szkoła opamiętaniem i drogą konieczną do zbudzenia, do uprawomocnienia jasnego woli. Wprawdzie mogła

by ta wola i bezpośrednio dzieło swe najwyższe sprawować, ta droga atoli jest drogą wyjątkowo powołanych i świętych — z góry namaszczona. Musi więc ona niejako przejść pierw przez swój czyściec, wydostawszy się z piekła materyi, by dojść do nieba swej bezwzględnej jasności i spójni z planami najwyższemi. Musi się wpierw doświadczyć, by stała się prostą, jak dziecko, u łona swego Ojca.

Przejdźmy do sprawy całkiem materyalnej z pozoru—do sprawy jedzenia. Rozważymy w tym liście: Jak jeść należy? Ile jeść należy? i Co jeść należy? — wszystko, oczywiście, kierując do planów naszego dzieła:—żeby stać się piękną.

Tu znów dla większej wypukłości ucieknę się do obrazu.

Zostałem niedawno zaproszony przez pewną parę małżeńską, świeżo poznaną, na obiad. Ona—młoda, szczupła, wytworna, z tym uśmiechem na twarzy, który mówi na wstępie: *Wiem i jestem pomną,*—z rodu jasnego duchów jakichś nadziemnych, sama jasna, pogodna, wskróś opanowana—z rękoma, jak arcydzieło, z oczyma, jak toń modro-zielona. On, potomek rodu magnacko-szlacheckiego, otyły i krwisty, z pokaźnym już fragmentem kuli na swym brzuchu, serdeczny i lekkoduch, poczciwy i nieopatrzny, rumiany i lśniący na twarzy pełnej, smakosz i hulaka—zresztą, człek dobry — jak o nim mówiono — z kośćmi. I ja.

Gospodarz mój rzucił się odrazu z ogromnym apetytem na mnóstwo zakąsek i delikatesów, wypiwszy przedtem parę kieliszków starki i potem jeszcze w trakcie tych zakąsek trzecim zakropiwszy. Można rzec bez przesady, iż w akcie tym wstępnym naładował z pośpiechem bezładnym swój żołądek, jak dobry worek podróżny.

Pani nie jadła, tylko uśmiechem zakąski obrzuciła.

Potem obiad. Widzę mego amfitryona, jak z serwetą u szyi, pochylony z zapałem nad talerzem, czerwony i lśniący, z pośpiechem najwyższym wchłania i połyka całe ogromne kęsy mięsiwa, stosy przypraw i jarzyn, wszystko wrzucane, nieporządkowane, żądzą jakąś okrutną targane. Dech jakiejś chciwości, nigdy nie syty, unosił go w pośpiechu. Kieliszki wina różnego suto zalewały ten ładunek bezmyślny. Zdało się, jakiś smok przeogromny, żarłoczny wynurzył się z jego krwistej postaci i żery swe czynił na stole.

Mówił mało, zatkał sobie całą duszę i wszystkie jej wyloty. Pot wystąpił mu na czoło, policzki jeszcze bardziej zalśniły. Dyszał ciężko, choć twarz mu jaśniała smakoszów pełnią niezdrową.

Po pół godzinie naładował już w przydatku do dawnego worka podróżnego całą ogromną walizę. Nie życzyłbym ci, pani, byś jej wnętrze ujrzała!

A żona jego, owa wdzięczna pani?

Mogę ci zaręczyć, droga pani, figurycznie, iż wybrała się w tę podróż codzienną z drobną

torebką podręczną, w którą włożyła pamiętnie kilka rzeczy niezbędnych.

Jedzenie jej było wprost arcydziełem ślicznych jej rąk, ust i pamięci. Jak ona ślicznie porządkowała na talerzu te drobne kąski, te warstewki jarzyn! Z jakim uśmiechem i swobodą pamięci, jakim wdziękiem niefrasownym ogarniała je, zanim do ust drobnych bez pośpiechu włożyła! Zda się, każdy kąsek był namaszczony jej myślą i uśmiechem. Czułeś, że w każdej chwili równie pięknie i swobodnie, jak siadła do jedzenia, mogła to jedzenie odsunąć i powstać, odejść i nietknąć, wolna, lekka, jadłem nie więziona. Wzięła kieliszek do rąk, ogarnęła wino uśmiechem swym siostrzanym, spojrzeniem swem uświęcającem, i wypiła czwartą część zawartości. Jedzenie jej było aktem, w którym jej pamięć wdzięczna łączyła się z samą istotą pokarmów, z samą ich duszą—i duszą tą się syciła, jak kwiat się syci rosą.

Tak byłem zachwycony tem niezwykłem zjawiskiem, że zapomniałem całkiem o jedzeniu i, pomimo nalegań gospodarza, nie tknąłem go prawie, nasycony widokiem, rozmową i własnem uniesieniem.

Ja, droga pani, i podejmujący mnie gospodarz byliśmy na tym obiedzie dwoma biegunami dwu niepamiętnych uniesień,—ja wprawdzie—żywiołu lotniejszego, niż on,—atoli, ani tak jeść, jak ja w tym razie, ani całkiem już tak, jak on, człekowi nie należy. Należy natomiast jeść tak, jak jadła owa wdzięczna pani, biegunów tych

sam środek, sama piękna miara, pamięć, prostota i opanowanie.

Jedzenie jest aktem pięknym i nie czczym dla człowieka opanowanego. Człowiek spożywa „dary Boże“, łączy się z przyrodą rzeczy, istotę ich w siebie bierze na podtrzymanie niezbędne życia, na złączenie ich istoty ze swoją istotą i hodowanie wielkiej tajemnej siły — żywej i myślącej.

Akt tedy ten sprawować winien człowiek w pokoju i opanowaniu—jak zresztą wszystko, co czyni,—gdy tymczasem nie masz może czynności ludzkiej codziennej, w ktorej by człowiek większym był niewolnikiem, bardziej targanym, bardziej popychanym przez swego pana *Żądzę* i przez swą panią *Łakomstwo*! Jest to żądza w człowieku najtrudniejsza do wyrugowania. I nie mam na myśli uczucia głódu, gdyż w tem człowiek może jeszcze powściągliwszy, lecz sam proces jedzenia i samo zetknięcie z pokarmem, ową chciwość nieodstępną, ową niepamięć pośpieszną, owo sycenie podpływającego w człowieku zwierzęcia. A jednak człowiek jedynie ma prawo włożyć kąsek do ust, gdy pewien jest, że kąska tego może się wyrzec bez przykrości, *jako istota rozumna*, która ma w tej drobnej chwili panować choćby nad kąskiem, nie kąsek nad nią. Jak często atoli jeden mały kąsek pochłania cały rozum ludzki! Jest to ten cały szereg drobnych, niepochwytnych drgnień żądzy w człowieku, który, nieopanowany w zarodzie, goni się i rozwija w jeden łańcuch nieomal że potworny i wią-

że go całkiem do pnia jego ziemnego—do jego instynktów najniższych.

Nie mówię, żeby miał człowiek nad każdym kąskiem strawy, nad każdą łyżką napełnioną wysnuwać refleksye moralne i filozoficzne, sycić się ich treścią—pamięć ta za szczytna dla zwykłej natury ludzkiej—ma atoli sam akt sprawować w stanie zupełnego pokoju i opanowania i choć chwilami przelotnemi być tego pokoju pamiętnym, zwalczać wszelki podmuch, silniej go kuszący. Te chwile go więcej nasycą, niż sam materyał bezwładny, bowiem te chwile będą samej istoty pokarmu ściąganiem, która jest istotną substancyą odżywczą, ową *duszą* świata, dla której wszystkie znane składowe części pokarmu, *azoty*—i t. d., są tylko odzieżą. Nie jadło karmi, lecz jego substancya tajemna. Chemia odżywiania, jak i chemia całego życia, o wiele jest subtelniejsza, niż to się nauce widzi; jest to już właściwie alchemia. Z bezładnej masy, bezmyślnie wtłoczonej, mała substancyi tej cząstka samoistnie się wywrze na cele odżywcze; masa pójdzie na obciążenie niszczące—na twoje postarzenie; umiejętne i dobre jedzenie, w pełni opanowania, też cząstkę z kromki wyciągnie i nadto tąż substancyą twej woli tę cząstkę stokrotnie roznieci. Ta sama bowiem ukryta substancya, która jest w materyale spożywczym, jest woli twórczej odzieżą i materyałem. I wola ta zewsząd ściągać ją jest mocna. To wiąże się ściśle ze sprawą:

Ile jeść należy.

„Nie tylko chlebem człek żyje"... Przyjąć to masz w znaczeniu najbardziej dosłownem — owej substancyi istotnej, która jest karmią istotną. Człek doskonały mógłby nie jeść zupełnie lub jeść same korzonki, jak święci. Zdołał by on ściągać tę substancyę zewsząd: z myśli, z woli swej i z ducha, z *duszy* bezpośrednio wszechrzeczy. Ta jest owa *manna* biblijna, którą się duch Izraela, na chwilę wzniesiony, nasycił. Człek w cząstce doskonały, jakim przynajmniej ty i ja być powinniśmy, winien choć w cząstce przynajmniej zasadę tę święcić, być jej pewnym i pomnym w jedzeniu, jak i wszędzie.

Nie obawiaj się przeto głodu *dobrowolnego*, nie obawiaj się uszczuplenia sił żywotnych, bowiem nie uszczupla się, co się rozmaga, nie ubożeje, co się wzbogaca. Wola zaś twoja twórcza wzmagać się będzie swą własną karmią dobrej sprawy bardziej, niż stosem pokarmów, zostawionych własnemu działaniu. A gdy już próbą woli opanujesz swój żywioł dziedziczny, jedz mało, jedz najmniej, bez prób i skoków gwałtownych, jedz *miarą* wciąż lepszą, szczytniejszą. Twórz nową dziedziczność.

Jedzenie — to funkcya, którą człowiek najmniej może opanował, umiejętność, którą najmniei może prawdziwie posiadł, sztuka, w której najmniej może prawdziwie postąpił. Wszyscy źle jemy—i nikt nie je w miarę. Wszyscyśmy w jadła niewoli. W gościnie u nas proszą, by jeść, wtłaczając gwałtem w człowieka, gdy życzliwość prawdziwa winna by raczej prosić czło-

wieka, by nie jadł, dając mu wzamian rzecz lepszą, cenniejszą.

Człowiek je pięć, jeżeli niedziesięć razy-więcej, niż należy; lecz je tylko dlatego i dla tego tylko tyle potrzebuje, że je bez woli swej twórczej dorobku życiowego, bez udziału jej żywotności zasadnej. Je tyle dla tego, że karmi go jeszcze przyroda, nie zaś on przez nią siebie. Jest on niemowlęciem u jej łona, od niej dziś jeszcze zależnem. Ty bądź dojrzalszą. Karm siebie sama. Karm się swą wolą. Ten jest sekret piękności fizycznej i zdrowia, co i sekret życia: wolą twórczą opanować żywioł i stworzyć z niego nową formę wibrującą, młodą i zdrową, za którą pójdzie ciało. Piękność — to spokój, zgodnie wibrujący z celem najwyższym życia, z wolą swą absolutną, to uciszenie żywiołu i *miara* doskonała. Piękność—to uszczuplenie. Umiej uszczuplać sobie. Uszczuplaj w pokoju.

Znasz opowieść o tym zrozpaczonym artrytyku bezwolnym, który, opuszczony przez lekarzy, umrzeć śmiercią głodową postanowił. Po trzech dniach tej głodowej broni samobójczej, ku wielkiemu swemu ździwieniu, uczuł znaczne polepszenie. Bóle nieznośne ustąpiły, myśli weselsze wstąpiły. Postanowił więc głodzić się dalej z zamiarem już mniej samobójczym—jeno dla hartu woli i dla ciekawości. I oto po dziesięciu dniach guzy artrytyczne poczęły się wsysać, chory uczuł się zdrowym i rzeźkim na ciele, a myśli o śmierci odbiegły go daleko. Wrócił do życia i pracy, człowiek nowy i zdrowy.

Artrytyk ten — to obraz całej ludzkości — niestety, atoli, bez jego woli i kroku śmiałego. I jeżeli żyje jeszcze dodzisiaj ów śmiałek, nie głodzi się już pewnie zawzięcie: wyniósł on z doświadczenia rzecz większą, cenniejszą, niż skoki gwałtowne i ostateczność rozpaczna: dotarł do źródła samego, wyniósł *miarę* życia. Miara—to dźwignia, wciąż w górę idąca pod woli działaniem żywotnem, pod życia wahaniem dwustronnem. To punkt środkowy pracy wahadłowej, przez którą się wznosi godzina na wielkim zegarze życia. Zdobywaj miarę wciąż wyższą przez życia wahania wciąż mniejsze. Wahaj się równo i w miarę. To będzie twój pokój na ziemi.

Co jeść należy.

Z powyżej przytoczonego, gdyś dobrze to ogarnęła, wysnujesz łatwo odpowiedź: Jeść masz wszystko, co natura przeznaczyła na pokarm dla człowieka, gdy żywioł w tobie dostatecznie już pokonany, gdy jeść już w miarę potrafisz, — we wszystkiem bowiem jest jedna substancya istotna, którą wola twórcza ściągać na swój pokarm potrafi. Nie—*co* jeść, lecz *ile*, nie—*ile*, lecz: *jak*. Oto szemat *miary*. Dla szkoły atoli i opanowania żywiołu zaleconą być może kuchnia jarska, jak zalecanem być może dla tej że szkoły *dobrowolne* głodzenie. Potrawy wyłącznie roślinne, jako posiadające dla tej że substancyi istotnej odzież bardziej łagodną, — gdy woli dorobek życiowy sam przez się nie asymiluje jeszcze twórczo istoty samej pokarmu, są prawie niezbędne dla aspiranta: łagodzą one jego żywioł, hamują

już przez się niejako, dla woli aspirującej pomocą są współrzędną. Oczywiście, że tu, jak i wszędzie, miara i wstrzemięźliwość jest pierwszym warunkiem odrodzenia—i pokarm roślinny także chybi, gdy aspirant przeładowuje się co dnia. Przez wstrzemięźliwość więc, a nawet dobrowolne głodzenie, dochodzić trzeba do *miary*, używając narazie w tem dziele *stworzenia się własnego* wyłącznie pokarmów roślinnych. Dobre oddychanie podług wzorów, powyżej podanych, dopełni pierwiastków odżywczych w każdem woli podjęciu.

Streszczam i dopełniam, droga pani, przydługi ten list—aczkolwiek temat ten ważny zaledwie w nim został muśnięty—w następujących przepisach ogólnych: *Jak jeść należy.*

Uszczuplać sobie.

Jeść tak, by w każdej chwili można było bez żalu jedzenie to porzucić i przestać.

Stosować tę próbę dowolną dość często, zwłaszcza do potraw ulubionych.

Nie brać nigdy po raz drugi z półmiska.

Jeść z zupełną pogodą i swobodą tej pogody. Doświadczać się z równą pogodą.

Jeść z zupełną świadomością opanowania w sobie łakomstwa i żądzy, choćby drobnej.

Sprawdzać to często pamiętnie.

Rzuciwszy okiem na strawę, uprzytomnić sobie czasami istotny proces odżywiania — zbratać się, by tak rzec, z istotą jadła.

Być odpowiedzialnym za zawartość strawy spożytej — módz ją *widzieć* w sobie bez wstrętu.

Jeść narazie strawę tylko jarską, dopóki się nie dojdzie do zupełnego ładu w sobie i opanowania.

Od czasu do czasu przedsiębrać dobrowolny post trzydniowy (przeczyściwszy pierw żołądek. Trochę wody ciepłej lub mleka—w razie t. zw. *nudy* odruchowej w porach zwykłych jedzenia).

Przez wstrzemięźliwość i powściągliwość dążyć do *miary*.

Strzedz się wszelkiego nałogu: wypita codziennie regularnie choćby najdrobniejsza filiżanka czarnej kawy (nie mówiąc już o napojach wyskokowych) czyni z człowieka nałogowego „kawiarza". Uszczerbiać nałóg i doświadczać się tem. Zamieniać nałóg na lepszy, a potem i lepszego się pozbyć.

Raz jeszcze: uszczuplać sobie.

Być pomnym, w jedzeniu, swoich postanowień. Wolę stalić łagodnie.

U ŹRÓDEŁ ZDROWIA.

List X.

Nie mam zamiaru *leczyć* cię, droga pani, pozostawiając to twoim lekarzom zawodowym na chwile skłócone słabości twej woli i wiary, na chwile odwetów tej słabości. Mam zamiar *uzdrowić* ciebie, uczynić zdrową i piękną, słabości nie podległą, upadkom nie podległą, chorobie obcą, jak obcym jest cień dla słońca, — co

zgoła jest czem innem, niż zwykłe *leczenie* doraźne. *Leczenie* — to, jakby rzec, zasmarowywanie zmarszczek na twej twarzy, podczas gdy dyspozycya tych zmarszczek, rozterka i niepokój, które stale je tworzą, w tobie pozostają, by ze skórą znowu narastać. I jak nie usuniesz zmarszczek na twarzy, nie usunąwszy ich wpierw w swej dyspozycyi, nie stłumiwszy ich przyczyny żłobiącej—rozterki, tak nie usuniesz choroby z ciała *leczeniem*, gdy jej wpierw w *formie*, z której ciało się staje, nie zgładzisz. *Formą* zaś tą ciała, jak wiesz już, jest cała sfera w tobie twych uczuć i uniesień, ów żywioł w tobie, *dusza*, materyał ów twórczy astralny już w kształcie, który się w tobie utworzył,—to wszystko w tobie, o czem *wiesz*, a nad czem wola twa twórcza władzę mieć winna absolutną. Choroba, w tej *formie* powstała—to odwet za woli bezczynność, to skłócenie wibracyi lokalne, pomsta za gnuśność dyrygenta. Każda wola ma swój ton naczelny. O ile go wszczepia mocno w swoje ciało, otrzymuje harmonię zupełną; o ile się opuszcza, powstaje zaburzenie lokalne lub całości.

Tak tedy niema choroby, która by nie była woli zwierzonej wykroczeniem (chociaż przyczyny ze skutkiem łączność tak rzadko bywa naoczną), bowiem w razie przeciwnym wola i świadomość ludzka nie mogła by mieć choroby za chorobę, nie było by poczucia bolesnego, nie było by wcale choroby.

Dla lepszego objęcia tej prawdy wyobraź

sobie *jedność*, jaką jest ona istotnie: nie tę jedność, jaką codziennie masz w swym umyśle przy liczeniu przedmiotów, a która jest cieniem już tylko, lecz jedność prawdziwą, istotną, jedności tej twojej słońce. Wyobraź więc sobie *jednośc* w ruchu, która wszystkie liczby kolejno z siebie wyłania, jako żywe funkcye drobiącego się do nieskończoności łańcucha—tak, że liczba np. 1,000,000 będzie milionową funkcyą żywą tej jedności. Czy możesz teraz na chwilę przypuścić, by uchybienie np. milionowej funkcyi mogło być czem innem, jak wykroczeniem samej jedności naczelnej ruchu? By ruch funkcyi mógł być czem innem, jak ruchem samej jedności naczelnej? Jedność ta funkcyonująca—to twoja wola *w akcie*. Naruszenie funkcyj — to jedność naruszająca się, bowiem wszystkie funkcye są nią samą w łańcuchu i wszystkie nią się ruszają. Oblecz dla większej obrazowości te funkcye nieskończone w ciało—raz jeszcze pojmij tę *jedność*, będziesz już miała wszystko. Wszystko? Źle mówię. To wszystko jest dopiero owem *niczem* stwórczem, materyałem i *gliną*, tem, *o czem wiesz* w tej chwili. Nad tem zaś jeszcze, związana z tą jednością, jest siła istotna i rzeczywistość istotna, to, *co wie* w tobie i to, *co stwarza* w tobie,—jedność Jedności, źródło jej i nakaz, *o* śród liczb, absolut i niepojętość, światło świateł, błyskawica śród mroków, nigdy nie gasnąca, twórcza i niezgłębiona—w stosunku do ciebie i światów: Bóg, w stosunku ciebie do siebie samej — twa *wola twórcza* w mocy swej, w *potencyi*, *obraz* Boga, bóg dla

twego ciała i dla twojej *duszy*. Związany jest ten bóg twój, *obraz*, z Bogiem Nieskończoności, ma siłę i ruch przekazany dla zachowania powszechnej Jedności, dla przywrócenia jedności w skłóconej przyrodzie twojej — skutku twego upadku, upadku twojej woli. Błyskawica twórcza mocy obudzonej ma już nie gasnąć w tobie, lecz wszystkie swe siły natężyć na swe wciąż częstsze i mocniejsze błyskanie, aż tą jednością światła, które ci zwierzone, rozelśni. W świetle tem niemasz choroby, niemasz wypaczenia, niemasz boleści, jak niemasz mroków. Jest bowiem jedności drogą i zbliżeniem. *Poznałaś już siebie*, poznałaś już swą rzeczywistość. Dzieło twórcze zaczęte. Trwaj.

Tak więc raz jeszcze: każda choroba ludzka i każde nieszczęście jest wypaczeniem jedności, skłóceniem wibracyi tonu naczelnego woli, funkcyi naczelnej.[1]) Jedności absolutnie doskonałej niemasz na ziemi, jest tylko jej droga nieskończona i stadya jej dalsze lub bliższe. To jednak, co w tych stadyach odbija się w świadomości ludzkiej, jako choroba i nieszczęście, jest tej że woli i życia pod tą wolą, lub raczej z jej

---

[1]) Tu dla ścisłości dodać muszę, iż są niektóre choroby t. zw. *opatrznościowe*, które są podmuchem, by tak rzec, z góry – opatrznościowem skłóceniem funkcyj w kole odpowiedzialnem a zwierzonem woli ludzkiej, działaniem dośrodkowem wytycznem skutku na przyczynę. Te atoli choroby są nader rzadkie i są dla człowieka i jego woli, w tych razach zawsze już światłej, właściwem błogosławieństwem. (*przyp. aut.*)

złą pieczą, skutkiem i zależnością *konieczną*. I to jest owo *fatum* dla woli bezwolnej. Człek może atoli otrzymać na ziemi stadya zupełnego zdrowia i pokoju — może otrzymać więcej nad to jeszcze, bowiem ta wola jest nieskończoną w swej mocy.

To, co nazywamy *wypadkiem* tak skoro a tak nieopatrznie (bowiem wszystko w wszechświecie być może, prócz jednej rzeczy: wypadku), jest tejże woli skutkiem w łańcuchu bardziej splątanym i rzadko dla kogo przejrzanym. Wola atoli ludzka, acz światła całego nie przejrzy, ma brać na siebie z góry wszystką odpowiedzialność swej doli. W poczuciu tem bowiem zawarta już iskra twórcza jej mocy, budzenie się jej samej, budzenie się jedności. To już jest wola nad-wolna, to już jest wola w swej mocy, pierwsze ogniwko nowego form łańcucha! Kto siebie oskarża, ten siebie już tworzy; kto innych oskarża, ten siebie już paczy. *Poznaj samego siebie!*—ten nakaz lapidarny dla tego trwa wieków ćwierćwiecze i dla tego do dziś niezgładzony, że w słowach tych prostych zawarł cały sekret życia, sekret woli twórczej—dla której *poznanie siebie* już jest też siebie stwarzaniem. *Poznaj samego siebie*—to: stań się wolą twórczą, stań się samą rzeczywistością, stań się samem słońcem, któremu cień życia jest obcy!

Spojrzyj, pani, na tę staruszkę, brzydką i zgarbioną, gderliwą i wciąż śledczą, z ustami wykrzywionemi, z twarzą złośliwie pomarszczoną, z brodą, co naprzód wybiegła, z nosem, jak haczyk skrzywiony, z oczyma, jak błędne ogniki,—

żółtą, zmiętą, starganą—złą, chytrą, przebiegłą, swarliwą, chciwą, okrutną. Przed czterdziestu laty była to panna śliczna, wdziękiem czarująca. Łuna miłości twarz jej opromieniała. Zbudzona wola dłuto pracy twórczej do rąk jej podała. Co z siebie po latach zrobiła? Jak władzę swą spożytkowała? Co z życia swego zrobiła? Co życie z niej zrobiło? Cała dziś mapa na twarzy wypukła żądz niehamowanych, złości nie jarzmionych, chciwości nie pętanych, zazdrości nie skromionych! Wszystkie przez lat czterdzieści, jak demony odwewnątrz, pracowały w warsztacie jej duszy usilnie, formę tam kując pod jej przyzwoleniem, choć—co najdziwniejsze—z coraz jej większą rozterką, z coraz jej większą niedolą! I zda się—jakieś zadowolenie miała bezpośrednie w tem własnem rąk opuszczeniu, w tej pastwie szatańskiej, choć codnia dzień większą krzyczał w niej rozterką o *formę* swoję słuszną, o *formę* swego szczęścia, o godność własnej jej woli! Z pod formy tej kuźni szatańskiej przez lat czterdzieści odlewał się z dnia na dzień jej ciała *płynny* materyał—i oto dziś zastygł już w dziele! Źle mówię! Trwa dalej wciąż jeszcze i dalej się jeszcze odlewa. Bowiem w tej kuźni niema odpoczynku.

Spojrzyj teraz, pani, na portret starego Lionarda, jakim go wiarogodność pędzla przekazała! Na te rysy bez zmarszczki boskiego spokoju i opanowania, na te oczy, mądrością życia świecące, na jasność pytagorejską, na piękność bez skazy, na godność życia prostoty i miary, na woli twórczej świadectwo arcydzielne!

Oto dwa dzieła własnowolnych dorobków życiowych! Oto ten sam materyał żywego ciała ludzkiego, ta sama *glina*, w dwu różnych zabiegach i trudach — jednego życia nakazu, jednego woli nakazu: harmonii, pokoju, szczęścia!

A oto masz kuracyuszkę codzienną. Cierpi na wątrobę, bóle nieznośne ścigają ją nożami, pije karlsbad i — kłóci się co dnia z kucharką. Wzburza się sprawami swemi i nie swemi,—jeszcze-ś słowa nie wyrzekł, już wrzątek w jej piersi się pieni. Na wrzątek ten już długo pracowała, jak i na swą chorobę, wrzątku tego skutek,— wie o tem dobrze, woli atoli cierpieć, niż wylać go z siebie odrazu. Dziwne, zaiste, w człowieku umiłowanie własnej niedoli, hodowanie najczulsze własnego utrapienia, piecza nałogu — co boli!

Każda choroba, jak rzekliśmy, droga pani, choroba człowieka własnowolnego i dojrzałego, ma źródło w owym nieopanowanym żywiole *duszy*, w którym stała dyspozycya, bezwolna i przeciwwolna, wypacza potwornie pierwowzór, jaki woli twórczej człowieka został powierzony. Jest to tak obrazowo, jak gdyby, naprzykład, artysta model swój gliniany do odlewu, dzieło rąk i wyobraźni młodzieńczej, zostawił na lata bez pieczy gdzie w polu: żywioły model ten spaczą, powykrzywiają kształty, zohydzą rysy—grzyb tu i owdzie narośnie, szczerby się poczynią. Z modelu tego nieubłagany satyryk Życie, Saturn stary, zbieracz wszechułomości, do swej galeryi olbrzymiej czyni odlew dokładny—świadectwo niedbalstwa artysty.

Każda zła myśl ludzka, każde złe uczucie, każde złe uniesienie — spojrzenie złe nawet i drgnienie złe nawet, wszystko, co człowieka *unosi*, a o czem on *wie* rychłe i wolą stanowi,— to dotknięcia szpecące na formie duszy, co tę formę na przyszłość kształtują, by ciało z niej się odlało. Każdy więc organ tej *duszy*, tej formy w formie ciała, kształtuje się podług tych dotknięć, i każdy również, jak ciało, ma stały odpowiednik i motor w pewnem stałem uczuciu i usposobieniu. Tak tedy naruszona równowaga naczelna woli, życia samego, naruszona jedność woli, przenosi na całość organiczną, na organy poszczególne, swe wpływy skłócone, formuje niemi tak *duszę*, że odbita potem w ruchu powrotnym ku swemu zwierciadłu, ku woli i świadomości, nie może się ukazać inaczej, jak w swem skłóceniu nieprawem. Reagując tem skłóceniem na ton zasadniczy jedności przyrodzonej, a który w człowieku tkwi zawsze, mimo zboczeń, jako *ja* jego całe, życiu współrzędne, wywołuje to, co powszechnie tu nazywamy: cierpieniem, boleścią, nieszczęściem.

Każde stałe uniesienie, stały zły nałóg, stale powiększa skłócenie w organie swym odpowiednim *duszy*, powodując, by tak rzec, zgrubienia i guzy wibracyjne na *formie* tej wibrującej,— a które w odlewie ciała odpowiedniemi chorobami i spaczeniami ściśle się zaznaczą. Tak wszelkie kamienie wątrobowe, żółciowe, formują się stopniowo w owym materyale lotnym *duszy*, są jakoby kamieniejącą stałą *pasyą* duszy, która się

tuż za tem odlewa w swój kształt widomy. Usunąć przeto kamienie materyalne — to *malum necessarium* doraźne; nie usunie ich atoli żaden lekarz z tworzącej się dalej *formy*, z *dyspozycyi* duszy, jeżeli wola sama nie ukróci tworzącej się w tej *formie* pasyi, nie wprowadzi tonu jedności do wibracyi skłóconej *duszy*. Przeciwnie nato, miast, tak władną jest moc woli i ton zasadniczy jedności, iż mocno wszczepiony w *duszę*, t. j. odmieniający stałą *pasyę* i przywracający ład gdzie skłócenie, jest w stanie, po pewnym czasie, niwecząc w *formie* duszy dalsze tworzenie się tych kamieni, tak oddziałać swym ruchem na kamienie materyalne, że je zniszczy, zmiażdży i z ciała bez śladu usunie. Bowiem tworzenie się w *formie* duszy jest jedyną zasadą wszego widzialnego.

I tak co do każdej choroby, co do każdego cierpienia, co do całej doli, co do całego życia.

Być zdrowym i szczęśliwym — to żyć zgodnie z nakazem swej woli: wolę tę tworzyć, wolą tą tworzyć—żyć jej rzeczywistością. *Uleczyć* chwilowo może lekarz *uzdrowić się*—może jedynie sam człowiek.

U ŹRÓDEŁ ZDROWIA.

(Dokończenie).

List XI.

Leczenie względnie do sfery, na jaką działa, może być trojakie: leczenie ciała (tak zwane

allopatyczne), leczenie *duszy*, czyli ciała lotnego, astralnego, i leczenie ducha, czyli leczenie się własnej woli. Z tych pierwsze najpowszechniejsze, jakkolwiek najmniej skuteczne, trzecie—jedyne wpełni skuteczne — zaledwie się w drobnej mierze samem życiem święci (głównie pod postacią *wiary* uzdrawiającej).

Pośrednie, bardziej skuteczne od pierwszego, jako bliższe swym wpływem sfery ducha i woli i działające na samą *formę* duszy astralną, z której się ciało staje, jest podstawą tradycyjnego lecznictwa, t. zw. *hermetycznego;* jest dziś jeszcze udziałem wiedzy hermetycznej i mędrców nielicznych wschodu, zresztą — przeszło w skażonej swej formie do ludu pod postacią *zabobonów* [1]), zamawiań, uroków i t. d.—i jeżeli ma dziś tam jeszcze wpływ, to nie większy, niż—gdy forma działa bez ducha. Podług zasad słusznych tego lecznictwa, leczy się nie ciało, lecz samą *formę* lotną, astralną, przywraca się jej wibracyę normalną, która, przenosząc się do woli, dłużej tam swój wpływ zachowuje. Za formą uzdrowioną astralną uzdrawia się w *odbiciu* ciało.

Tak oto wiedza arabska leczy rany: opatruje odpowiedniemi balsamami ostrze, które zadało ranę, a na którą w chwili zranienia przeszedł subtelny prąd astralny, ranę zaś pozostawia odło-

---

[1]) *Zabobon* — forma, która straciła swą treść i swego ducha. *(przyp. aut.)*.

giem. Leczenie ostrza przenosi w *odbiciu*, t. zw. dziś u nas *reperkusyi*, po nici tajemnej astralnej swój wpływ ciału i ranę zagaja. Na tej zasadzie *reperkusyi*, stwierdzonej w ostatnich czasach licznemi doświadczeniami naukowemi, opiera się całe czarownictwo, złe uroki i t. d., które tyle stosów w wiekach średnich, gdy trwała owa wielka *dyspozycya* do wylaniania z siebie tego ciała lotnego, rozniecily — lub raczej, które sama owa *dyspozycya* w swej *reperkusyi* rozniecila. Zasada ta tak święci się w krótkich słowach: Ciało wyłania z siebie w znacznej lub mniejszej mierze swą *formę* wewnętrzną, owo subtelne *ciało astralne*. Działając różnemi sposobami i praktykami na to ciało, otrzymuje się w *odbiciu* skutek na ciele materyalnem. Tak, naprzykład, czarownik (prawdziwy) — to człowiek, który albo umie, albo bezwolnie pod wpływem pasyi zbrodniczych i szaleńczych wyzwala z siebie owo ciało lotne, *widmo* swe, zdolne nawet—o ile czarownik jest w złem ścigly—przybierać w kształtowaniu jego złych pasyi formy dowolne (wilkołaka i t. d.). Czarownik w czasie tej *podróży astralnej* (zwanej dziś również naukowo terminem *eksteryoryzacyi*) spoczywa, jak w letargu, i widmo tylko pasmem lotnem nieuchwytnem jest z nim na rębie życia i śmierci związane. Ugodzone takie jego widmo, np. wilkołaka, szablą ostrą, rozwiewa się z pewnym trzaskiem i ziskrzeniem, jak przy wyładowaniu elektrycznem; rana zaś, wilkołakowi zadana, przenosi się w tej że chwili, nawet zoddali, na ciało czarownika,

raniąc go często śmiertelnie. Na tej że zasadzie oparte zjawiska t. zw. *medyumiczne*, dziś już dostatecznie stwierdzone naukowo. Medyum — to ten sam czarownik bezwolny, czyli człek z naruszoną wybitnie równowagą swej *formy*, skłonny do jej wyłonień, atoli bez jego zbrodniczości.

Amulety, znaki, słowa wyroczne i t. d. -to jak gdyby kanały przychylne, przez które spływa ku pomocy, złej czy dobrej, siła astralna i duchy astralne, któremi wszechświat przepełniony. Dziedzina ta atoli jest zanadto splątana, by człek ku swemu dobru mógł wszystkie jej nici pochwycić — i dla tego wiedzie zwykle na manowce.

Zresztą, w dziedzinie tej ma działać sama *dyspozycya* duszy, czyli sam ów materyał astralny w akcie—i wtedy jedynie leczenie skuteczne, gdy środek leczniczy wzbudza tę dyspozycyę w kierunku jedności woli, pierwiastka zdrowego w człowieku.

Dyspozycya ta jest, by tak rzec, punktem przełomowym, krawędzią życia i śmierci, woli i nicości, kryzysem napiętym *formy* życia — i w praktykach czarnoksięskich, jako nie kierowana ku jedności woli, t. j. ku życiu jedynemu, wiedzie zazwyczaj do zagłady.

Ztąd też we wszystkich wtajemniczeniach próba *dyspozycyi* astralnej tego kryzysu woli, uważa się za najstraszniejszą: biada aspirantowi, jeżeli miast górnych stopni, wiodących ku jedności woli, wybierze w dół idące ku piekłu swo-

jej duszy: zginie w odmęcie ognia własnej natury, w splotach owego węża astralnego!

Leczenie *homopatyczne* [1]) należy również do tej dziedziny pośredniej. Drobina lekarstwa tego samego, które w wielkiej ilości wywołuje chorobę, ma leczyć też chorobę przez wpływ swój niewidzialny, oddziałując na materyał astralny i przywracając jego wibracyę normalną. Zasada słuszna, lecz lekarstwa nie zawsze w tej splątanej alchemii środków duszy trafne.

Przytem, w leczeniu homopatycznem leczy również *wiara*, która jest tąż samą dyspozycyą astralną w akcie swoim słusznym — w dążności duszy ku jedności woli.

I tu ci muszę najdonośniej obwieścić, że pogardzana tak zwykle *wiara* w leczeniu jest jedyną dźwignią i zasadą wszelkiego polepszenia, choćby chwilowego, jak w *allopatyi*. Jest bowiem owa wiara niczem innem, jak samą dyspozycyą duszy w swym zwrocie ku jedności woli, jest promieniem woli w owem ciele duszy, duszą już ożywioną, pierwszem drgnieniem zdrowia absolutnego — i bez niej żadne, bez wyjątku, wyzdrowienie święcić się nie może. Jest bowiem

---

[1]) *Homopatyczny*: od greckiego *homos*, podobny, ten sam, i *pathos*, choroba. Leczy to, co wywołuje chorobę. *Allopatyczny*—*od allos*, inny, *pathos*, choroba. Lek różnej zasady z chorobą, jakkolwiek w medycynie allopatycznej jest sporo leków homopatycznych, choć stosowanych nie homopatycznie, t. j. nie w drobinach niewidzialnych i nie do ciała lotnego.

(przyp. aut.).

wiara owa jedynym i właściwym kanałem, przez który lek wszelki spływa: zarówno od ciała, jak i od swego źródła istotnego — woli. Człek nie est maszyną bezduszną, i wiara wszędy uzdrawia,—tylko, że w allopatyi, iż przy najmniejszej tej dyspozycyi w akcie—najmniej skutecznie, w homopatyi—bardziej skutecznie, w leczeniu się woli—w pełni i istotnie, tam ona bowiem jedności jest *dyspozycyą w mocy*.

Zamykam, droga pani, obszar ten cały rzutami ogólnemi:

Człowiek doskonały, czyli ten, co zwierzony mu ton jedności woli wpełni zachowuje, nie choruje i nie zna rozterki, bowiem niemasz plam ciemnych w tej woli, jedynej rzeczywistości istotnej.

Choroba jest wypaczeniem jedności woli, skłóceniem wibracyi, z góry przekazanej, jako nakaz indywidualny woli. W przeciwnym razie nie dochodziła by do świadomości, jako choroba, nie było by wcale choroby.

Wola działa na materyał twórczy *duszy*, z *duszy* odlewa się ciało. Wola ulepia formę z duszy, ciało się z tej formy odlewa, jako *fatum* niezłomne.

Wola, działająca zgodnie z przekazanym jej tonem jedności, utrzymuje *duszę* w formie, której własność ogólna (wibracya) nie może się odbić inaczej w świadomości tej woli, jak dzieło pokoju i szczęścia.

Każda choroba doraźna jest doraźnem skłóceniem jedności woli (acz może się rozwiązywać w świadomości nie natychmiastowo).

Każda choroba chroniczna jest chronicznem skłócaniem jedności woli.

Skłócenia, zgrubienia w poszczególnych organach *formy* duszy, są skutkami poszczególnych stałych skłonności żywiołowych (nałogów) tej że duszy, powstałych z odchylenia woli, jako reakcya samodzielna materyału. Jest to tak, jakgdyby wibracya *duszy*, zrzekłszy się swego tonu, który ją trzymał w jedności, grubiała odłogiem w jednych, rozcieńczała się w innych miejscach. Ze skłóceń i zgrubień tej *formy*, ze zboczeń stałych *duszy*, powstają w odlewie poszczególne choroby—w odpowiednikach, łatwych do pochwycenia.

Uzdrowić chorobę—to przywrócić wibracyę jedności woli.

Tylko wola sama, działając na *formę* duszy i przywracając jej wibracyę pożądaną, jest w mocy uzdrowić wpełni odlew *formy*—ciało.

Leczenie dośrodkowe choroby, przez ciało, jest w stanie na pewien czas oddziałać sztucznie na *formę* duszy, uśpić ją niejako dla woli, a nawet wpływ pewien drobny przenieść i na wolę (jako że trzy wszystkie sfery swe wpływy oddają), działanie to atoli i wpływ nie może pozostać długo, jeżeli sama *forma* duszy nie ulegnie uzdrowieniu przez swój imperatyw jedności — wolę. *Forma* bowiem jedności, która jest zdrowiem, kształtuje się tylko przez wolę i jest jej tylko wyrazem. I nic tej formy zmienić nie jest w stanie, prócz samej woli. Ciało i dusza — to sama wola w dwu formach konkretnych.

Leczenie dośrodkowe choroby przez ciało jest *złem koniecznem* — rezultatem upadku woli ludzkiej i jej deską ratunkową obłędną na fali wciąż chłonącej. Przyrównać je można do strzelania z łuku bez najważniejszej rzeczy: strzały, która ma godzić w chorobę. Natężona w kierunku choroby cięciwa i puszczona bez strzały może swoją wibracyą dotrzeć do choroby, dotknąć jej nawet i uśpić niejako, a nawet przenieść się zlekka na wolę, oczywiście atoli, że gdy wibracya ta sztuczna ustanie, zło, jakiem było, zostanie. Tylko cięciwa woli, zbrojna w swą złotą strzałę, jest w mocy w to zło ugodzić i naturalną wibracyę jedności swej zarządzić, która odnową będzie organiczną. Leczenie tedy ciała wtedy tylko być może uzdrowieniem choroby, gdy przez to leczenie wola otrzyma impuls do swej samodzielnej pracy twórczej jedności—co na jedno wychodzi: gdy sama siebie uzdrowi, gdy sama siebie uzdrowić zechce.

Organ chory—to skłócona wibracya lokalna jedności, która czeka na ton od strony woli, by wrócić do jedności.

Uzdrowić ciało—to zmienić uczucia i myśli (oczywiście, na lepsze!), które powodują chorobę w *formie* ciała—*duszy*.

Uzdrowić chorobę — to wszczepić płonkę woli w chore drzewo życia, którem jest *forma* duszy, i dać mu ton nowy jedności.

Wszystkie choroby są do uzdrowienia—bowiem wola ludzka jest absolutna i *nigdy nie może nie chcieć*. Wola, która nie chce, to absurd

i zaprzeczenie samego życia—samej rzeczywistości woli. Człowiek, który *nie chce, dla tego* tylko nie chce, że w tem że samem mknieniu *chce* razem: ten jest punkt rozdwojenia jedności woli, dźwignia wszego życia i wszej rzeczywistości — sama rzeczywistość woli i *prawo twórcze człowieka*. Od tego punktu zaczyna się *twórczość* życia, człowieka, samej woli, *samostworzenia się woli*. Punkt ten wszędy istnieje, gdzie życie. Bez niego niemasz woli, jak niemasz życia. *Punkt ten jest drogą i życiem.*

Oto są, droga pani, te rzuty ogólne, które ci podaję, jako materyał, z którego twa wola twórcza ma sobie zasady urobić na życia twórcze dorobki.

Najważniejszą i najtrudniejszą w tem rzeczą jest, byś zrozumiala dobrze owo *prawo jedności*, które tak się przedstawia, że wola ludzka, tak jak my ją tu pojmujemy, ma jakoby dwą swoje oblicza: jedno *świadomości*, drugie—*czynu*—i że przez to w niej samej może się jedynie odbić, jako harmonia, zdrowie i szczęście, to tylko, co ona sama, w łańcuchu swym, dźwigniętym od góry aż do dołu—od siebie aż do ciała, jako harmonię, czyli jedność swą własną zarządzi. I w takim jedynie stopniu, w jakim je zarządzi. Jedności absolutnej, jak ci rzekłem, nie ma na ziemi—choć jest ona *w mocy* woli. Zbliżenie atoli do tej jedności—a nawet samo dążenie—już jest dla człeka na ziemi gwarancyą pokoju i szczęścia. I to się nazywa jego *dobrą wolą*.

Drugą rzeczą ważną, a która z pierwszej

wypływa, jest to, byś zrozumiała, że ta wola, jak my ją tu rozumiemy, jako siłę twórczą i absolutną, jest jedyną rzeczywistością życia, bowiem ona jedna w swej świadomości wszystką rzeczywistość odbija—a raczej to, co ona sama tworzy,—że więc rozwój jej twórczy jest rozwojem samej rzeczywistości i prawem życia jedynem. Człowiek—to wola twórcza. I nic ponad to.

Jako pogotowie na chwile słabości i upadków w twojej pracy twórczej, nim drogę pewną osiągniesz i wolę, która nie zna choroby, ustalisz, podaję ci kilka rad i sposobów leczniczych, które działać mają skutecznie na niektóre dolegliwości cielesne.

Ból głowy, bóle nerwowe i niedyspozycye ciała ogólnie uśmierza i usuwa oddychanie rytmiczne (lub wreszcie dowolniejsze) podług wzorów, wyżej podanych,—z pogodą zniewoloną ducha i rzutowaniem za pomocą *obrazu* owej *prany*, o której mówiliśmy, do części bolących ciała. Leżąc na wznak spokojnie i oddychając zupełnie świeżem powietrzem (przy otwartem oknie), *wyobrażaj i kieruj myślą* skupioną prąd, nagromadzony w *plexus solaris*, ku częściom bolącym. Po kilku minutach, gdy dobrze to czynić będziesz, uczujesz rozgrzanie tej części ciała, ulgę lub bólu zniknięcie.

W razie bólów silniejszych kładź dłoń na miejscu bolącem i tak samo kieruj *obrazem* i *skupieniem pranę* przez rękę do miejsca bolącego.

Oddychanie po kilka minut dziennie podług wzorów wyżej podanych, zabezpieczy zupełnie organizm od dolegliwości powszednich.

W razie dolegliwości i smutku większego, zwróć całą siłę woli ratunkowej ku istotom niewidzialnym, ku duchom lepszym i wyższym, których nie znasz jeszcze, lecz któremi świat od góry aż do dołu w hierarchiach przepełniony. Wzbudź całą siłą

woli wiarę i ufność w nie i proś je o pomoc i światło. Czyń to skupieniem, obrazem i wiarą.

Nadewszystko pamiętaj zawsze, że sam cel twórczy twej woli, że każde opamiętanie się i zaszczepienie w sobie pogody dla tego celu, każdy twój uśmiech, pomny siebie, rozterkę w tobie zażegnywający, każde spojrzenie i myśl pamiętna, ku istocie osoby czy rzeczy zwrócona, już jest przez się lekiem cudownym dla ciebie i dla innych: będzie on, jak grot anioła, rzucony z wyżyn jedności woli, który w smoka piekieł astralnych ugodzi i wokół przestwory rozjaśni.

DZIEŃ CAŁY.

List XII.

Droga pani! Przejdziemy dziś z tobą razem *dzień cały*, tak, jakeśmy go spędzać powinni codziennie. Nie będzie to dzień bohaterstwa ani doskonałości, lecz zwykły dzień ludzi *dobrej woli*, jakimi ja z tobą być zamierzamy. Trudniej bowiem dzień przeżyć, niż dobrą książkę napisać,— a wiesz już dobrze, że droga dobrej woli nigdy nie skończona, jak istota dnia i życia nigdy nie wyczerpana...

Otworzyłaś oczy z krainy snu i niebytu dziwnego — z rąk *demiurgosa* astralnego, owego wszechgospodarza przyrody—do światła i rzeczywistości twej woli. Pierwszym ducha promieniem powitaj to światło dziękczynnie, wdzięcznie, słonecznie — to rękę ci odrazu podniesie do złożenia znaku krzyża na sobie. Źle go uczyniłaś!— Uczyń raz jeszcze! Nie utkwił ci każdy wyraz

w sercu, nie odbił się w ducha pamięci — znak nie przytwierdził się do czoła, do ramion, do piersi, krzyż nie spoczął na tobie. Raz jeszcze—całą pamięcią istoty, by forma nie była bez ducha, lecz by się z nią zlała zupełnie.

Nie bój się znaku krzyża, nie uważaj go za „czczą formę“! Form tysiąc dopełniasz codziennie—i nie masz życia bez formy, i każda forma jest dobra, gdy duch ją wyposaża. Bo forma — to kanał, przez który duch spływa do ducha. I całe życie jest jedną formą. Strzeż się natomiast istotnie „czczej formy“, t. j. nie uchylaj się od żadnej formy, lecz w każdą przelej, ile stać cię, ducha. Wtedy, istotnie, sprowadzisz życie do mniejszej ilości form, lecz formy te będą pełne. Daję ci przykład, który i ciebie, i mnie zawstydzi: Ile razy, naprzykład, w ciągu dnia dopełniamy formy podania ręki bliźniemu—i ile istotnie ducha w tę formę wkładamy? Ile razy, naprzykład, pamiętamy, że to nasz bliźni, że dotknięcie to ręki jest czemś, czem się łączymy, czem winniśmy się łączyć w braterstwie? Ile razy pamiętamy to dotknięcie i treści ducha choć szczyptę w niem składamy? Prawdziwie, ta forma—bez ducha.

Nie bój się tedy znaku krzyża. Znak to najistotniejszy, jedyny, forma najtreściwsza na ziemi, kanał najzbawienniejszy. Nie pojmujesz go jeszcze całą wiarą, pojmij go rozumem, dla wiary tej złotą wędą! To znak najprostszy syntezy najgłębszej na świecie, to znak najstarszy na ziemi, to symbol najistotniejszy, — to pamięć

życia istoty w tym znaku się powołuje. To ramion dwu skrzyżowanie, dwu sił sprzecznych, przez które wszystko się staje, co się staje, to ruch najpierwotniejszy, forma, którą się drgnienia duszy światła ruszają i która w człowieku całą pełnią rąk rozpostartych w ofierze się święci. Z tych dwu ramion masz cztery strony—tej *Czwórki* („Tetras“) pytagorejskiej, zasady życia widzialnego, oczyma i duchem, który poprzez Trójcę sił zasadniczych się iści, poprzez pierwowzór nieujęty, powstały z działania *Woli* przedwiecznej na *Myśl* przedwieczną ze skutkiem swym, *Duchem* ożywczym, pierwszą zjawu przyczyną. Czwórka ta—to już sam Zjaw, pierwsze ogniwo odbitego wzoru Trójcy w jedności, który już iścić się będzie w łańcuchu analogicznym poprzez całe stworzenie, wszędy to swe prawo krzyża zachowując.

Nie obawiaj się tedy raz jeszcze krzyża! Złóż na nim ową Trójcę sił, niepojętych w Jedności, i wskrześ, choć przelotem, Oblicze Tego, który Synem się mienił Boga, który w *dziejach życia ludzkiego* przyszedł od Boga i doszedł do Boga, *Człowieczeństwo* na krzyżu tym uświęciwszy. Tej jednak rzeczy nie pojmiesz jeszcze wpełni: przeraża ona blaskiem swym rozum—i wiara tylko ma do niej dostęp. Prawdy tej rozum nigdy godzien nie będzie, bo Chrystus się zbliża tylko do maluczkich.

Złożywszy znak krzyża, wstawaj rychle i rzeźko. Powietrza, powietrza! Otwieraj okno najrychlej, nigdy nie dość tej siły, najbardziej ożyw-

czej! Ona krzepi istotę i pierwszym bodźcem jest życia. Ono jest *dechem* życia twego ciała. Pój się tą falą ożywczą i *wiedz*, co z nią dla cię spływa.

Gdy już fala suta ze świata, od gwiazd, od stropów, do ścian twych przypłynie, oddychaj kilka minut podług wzorów, jakie ci podałem, rzecz pełniąc sumiennie, najdbalej,—radośnie, z pogodą, spokojem. Tłum radość, choćby drobną, spokojem i spokój wzniecaj radością. Radość, co *unosi*, to chwile, w nicość strącane.

Tu wtrącę ci mimochodem szczegół nieznany z życia Matejki, który mi powierzył zmarły przed laty przyjaciel mój, Tytus Maleszewski, a który był również przyjacielem nieśmiertelnego twórcy. Gdy Matejko wystawiał swą *Unię* w Paryżu, pojechał z nim tam Maleszewski. Po pierwszym noclegu w hotelu paryskim—opowiada Maleszewski — otworzywszy oczy, zwracam się do Jana.—„Dzień dobry, Janie!“—Milczenie.—„Dzień dobry ci, Janie! Jak spałeś?“ Milczenie. Tylko ten wzrok zsępiony, płomieniem krwawym ducha płonący. Obrzuciłem go wzrokiem niechętnym. Dziwak!—pomyślałem—i zaniechałem rozmowy. Po chwili—widzę—wstaje Jan i klęka, na nic nie baczny, przy łóżku; pochyla głowę, jak pokutnik,—czuję, jak modli się gorąco. Po kwadransie skupienia najżarliwszego, powstał i ozwał się do mnie z prostotą: — Widzisz bo, Tytusie, w młodości jeszcze zrobiłem sobie *votum*, że, zanim z Bogiem nie pomówię, nie ozwę się słowem do nikogo. Pierwsze me myśli—do Boga.

Szczytny i wzruszający przykład służby mistrzowskiej, tego płomienia geniuszu, który w nim gorzał pochodnią.

Skończywszy oddychanie, umywaj się rychle. Zlej sutą wodą mar sennych powłokę najczulszą, spłucz nocną drętwotę pomroczną, daj ciału odżywczość świetlaną! Woda niech będzie świeża, jaknajświeższa—nie ta, jak zwykle, na noc przechowywana, lecz jędrna, z całym pierwiastkiem swym w mocy. Wciskaj ją w twarz, w oczy, w usta, obficie i powielekroć, niech wszędy dotrze swą duszą, niech z duszą twoją się złączy. W tym trakcie wspomnij, że twarz swą rzeźbisz niejako na formę młodą i piękną, ujrzyj się jakby niejako w tej wodzie, niby w zwierciadle.

Ubieraj się szybko, lecz dbale,
i pomnij, że szata dla ciała
jest tem ci, czem ciało dla duszy,
że masz je obojgo zachować
w czystości, co sobą się szczyci,
co mówi: przybytek mój czysty,
wejdź, duchu, i światłem się upój!

Modlitwę zmów z głębi skupioną,
gorącą, serdeczną, wezbraną.
Przez kilka chwil utoń zupełnie
w bezmiernej wszechducha otchłani
i wynieś na dzienne zapasy
talizman i perłę cudowną.

Gdy czas ci pozwoli, przechadzką,
choć krótką, zrównoważ swe siły
na zapas do trudów, do święceń, —
i witaj radośnie świat cały,
ak nowy, powstały dla ducha,

z obliczem nieznanem ci przedtem.
Myśl mroczną szyderczą w zarodzie
tłum wszelką i pomnij, że wszystko,
co widzisz złem, szpetnem na świecie,
już pierwej złem, szpetnem jest w tobie.

Śniadanie spożywaj najlżejsze:
niech karmi nie masa bezwładna,
lecz kromki opatrznej *istota*,
ściągnięta z niej twoim spokojem,
pamięcią w jedzeniu o sobie.
Wszak cud się wszechistny wżdy iści:
Spożywasz rzecz martwą pozornie
i życiem masz *przez nią* żyć dzisiaj!

Dzień idzie, dzień trudów i znoju,
i walki—jedynie ze sobą!
Bo każda ci chwila pokusę
i każda ogniwo ci niesie
na łańcuch, co związać ma ducha
i rzucić w niebytu otchłanie.
Ty przecie się nie trwóż, gdyż wola
twa dobra i duchom złym nawet
jest miła: z prostotą dziecięcą
odrzucaj w zarodzie ogniwo,
jak słabą igraszkę! Nie pozwól
im wiązać się w łańcuch. Tą drogą
ujarzmisz niedługo owego
żądz smoka w człowieku, co żywie,
i igrać z nim będziesz, jak dziecię,
i będzie ci wdzięcznie posłuszny,
jak panu, bo ujrzy z radością,
żeś panem jest jemu i sobie!

Do każdej przystępuj roboty
ochotnie, z prostotą służebną,
i pomnij, że każda robota
jest dobra, gdy duch ją uświęca,
że ty masz być dla niej, nie ona

dla ciebie, że w każdej robocie
być możesz i panem, i ducha
rozdawcą, i mistrzem dla siebie.
Wiedz przeto, iż jeśli robotę
wyznacza los niższą dla ciebie,
to tylko dla tego, żeś jeszcze
nie dorósł do wyższej. Pełń niższą
z calutkiem swej służby oddaniem,
już jutro los wyższą ci wręczy!
Bo życie jest szkołą, a czujny
Los patrzy nie tylko na twoję
robotę, lecz głównie na ciebie
i na to, co dajesz w robocie.

Przed każdą robotą, modlitwą,
choć krótką, umocnij się w duchu,
by była już z góry święcona
w poddaństwie twem, w służbie i w mocy.

Toż podczas roboty czasami,
gdy duch ci podszepnie łaskawy,
bez zwłoki myśl przenieś na chwilę
w dalekie niebiosów obszary
i ztamtąd nieś manny źdźiebełko—
i wracaj z otuchą do pracy.

W stosunku do ludzi, do świata
zachowaj prostotę uprzejmą
i spokój, i władzę nad sobą.
Bądź słowom swym wszystkim przytomną,
Ogarniaj istotę, nie pozór,—
współczucie dla ludzkiej miej nędzy,
lecz daj im, co dźwiga istotnie:
daj ducha swojego obecność,
co światłem rozjaśnia dokoła,
daj ciszę, i spokój, i tchnienie,
daj siebie w pamięci i w cenie.

Nad wszystko ten nakaz miej zawsze
w pamięci: Unikaj, jak ognia,

obmowy i sądów nad ludźmi!
Zwiąż usta nazawsze od chęci
sądzenia, zamilknij, gdy sądzą,
i myślą się przenieś wgłąb siebie,
i znajdź tam dla rzeczy współczucie!
Wiedz, każdy pochopny sąd ludzki,
wiedz, każda obmowa i plotka
dotyka, i hańbi nie tego,
kto celem obmowy, lecz tego,
kto sądzi pochopnie i czyny
roztrząsa nie swoje, lecz obce.
Obmowa i plotka, jak piłka,
odskoczy i zawsze ugodzi
w obmówcę, gdyż takiem jest prawo
niezłomne złych celów pościgu.
Wiedz przytem, że człowiek w swych sądach
nad ludźmi, w złośliwej szermierce,
też swoje przywary i wady,
jak łaty, wywiesza na sobie,
na które powstaje tak skoro.

Mów mało, niech słowa twe będą,
jak cenne dukaty, lub raczej,
jak ducha wartości bezcenne,
z pod stempla pamięci i woli
i z wagą najlepszą rozumu!

We wszystkiem, co czynisz, w zbliżeniu
do świata, do ludzi, do rzeczy,
rozwijaj wzrok ducha wewnętrzny:
Niech świat ten nie będzie dla ciebie
niepomną tablicą ślepego,
lecz niechaj istotną swą treścią
w pamięci się twojej odsklepia.

Gdy wzrok ten tak poczniesz rozwijać,
nieznana istota ci rzeczy,
jak nowy cud, stanie przed oczy,

i będziesz z istotą się bratał,
i będziesz z duchami się bratał.

I poznasz świat cały w jedności,
i będziesz pod duchów opieką, —
i będziesz pod duchów przewodem.

Lecz wszystko, co czynisz, masz czynić
z prostotą, z poddaństwem twej służby
i niechaj cel twórczej twej woli —
i niechaj cel twórczej pamięci
nie zwalnia od służby codziennej,
nie zwalnia od trudów cię zwykłych,
byś chodzić miał oto z swą pieczą,
jak człowiek, co stanął na linie.
Masz—owszem—wprost chodzić po ziemi
i cel swój zaszczepiać co kroku.

I pomnij, że każdy zły zamiar
i każde złe drgnienie twych uczuć,
myśl każda i każdy błysk woli,
już kręgi porusza dokoła—
i wróci napowrót do ciebie,
jak *fatum* niezłomne twej doli.

Gdy głos ci podszepnie wewnętrzny,
byś czynił bliźniemu przysługę,
natychmiast zwalcz wtórą myśl, która
nastręczy ci pewne wahanie,—
idź skory za pierwszym twym głosem,
chociażbyś miał ponieść ofiarę.

Spożywaj codzienną swą strawę
w najprostszej, najczystszej postaci—
i pomnij, że *co* swe w jedzeniu
masz stale uszczuplać swem *ile*,
a *ile* swem pomnem *jak* święcić.

Znajdź chwilę przed darów spożyciem
na ducha spokojną skupienie, —

zdejm brzemie półdzienne z swej duszy,
oddychaj, jak wzory ci każą.

We wszystkiem radź woli się w sobie
najwyższej nad dwojga rozłamem:
Chcę twego i *nie chcę*. Ten Jasny
ponad tem punkt *Chcę* będzie słuszny.

Dzień pada. Jak rolnik strudzony,
w czas lata gdy siądzie w pokoju
na przyzbie i plony swe wzrokiem
ogarnie nadziei radosnej
pod słońca zachody wzruszone:
tak ty masz się w duchu radować
spełnionym dniem służby—i z słońcem
zachodu swe serce sprzymierzać.

Zdaj sobie rachunek z dnia plonu,
Jak gdybyś go zdawał przed Bogiem.

Sen idzie z swą władzą niepomną,
sen, śmierci siostrzycaułudna.
Gdy ciało twe spocznie w zdrętwieniu,
świat inny swą pracę rozpocznie.

Zmyj przeto swe ciało najczyściej,
z dziennego wyszoruj je pyłu;
niech łoże twe będzie czystości
przybytkiem dla czystej twej woli.

Oddychaj raz jeszcze najświeższem
powietrzem z kontrolą najdbalszą.

Modlitwą pożegnaj skupioną
Świat cały i woli twej schyłek:
niech dusza twa z klęczek powstanie,
odmyta w anielskiej kąpieli.

Z duchami pobrataj się zmarłych,
pamięcią przywołaj najbliższych,
o wieczny proś dla nich spoczynek,
uczujesz, jak tem się radują.

Już jesteś z ciemnością dokoła.
Znak krzyża potrzykroć na sobie
złóż wszystkiej istoty stwierdzeniem—
i jeszcze po trzykroć przeżegnaj
nieznanych sił przestwór przed sobą:
tym znakiem strzęp niecny odżoniesz
i duchom, co lepsze, dasz przystęp.

Złe mary odpędzaj z pamięci,
ze światłem twej woli się zbrataj—
raz jeszcze—błysk woli świetlanej —
Leć w jasność—zasypiaj w spokoju.

P. S. Kilka rad poszczególnych.

1. Utrzymuj zęby w największej czystości, — płucz po każdem jedzeniu, używszy wpierw kilka kropel spirytusu czystego lub eliksiru na szczoteczce zmoczonej i wyczyściwszy nią zęby i dziąsła. Przed snem czyść je najdbalej szczoteczką, jak wyżej, lub z użyciem pasty czy proszku.

2. Nie irytuj się i nie upadaj na duchu, gdy włosy ci wypadają. Ta właśnie irytacya i niepokój jest głównym powodem tego wypadania. Zdobądź się na zupełną pogodę i ufność dobrego jutra. Wyczesz dobrze te, które wypadają: Niech co słabe, jaknajprędzej ustąpi. Skrop dosyć suto głowę przy skórze wodą chinową lub roślinną (z dobrej fabryki) i zastosuj dość silny masaż (przez wciskanie) palcami obu rąk na całej powierzchni pod włosami, dopóki nie uczujesz rozgrzania skóry i podsychania włosów. To atoli nie wszystko. Co najważniejsze i bezpośrednio nawet pomocne — to spokój zupełny ducha, pewna koncentracya i *wyobrażenie swoich włosów* przy wciskaniu palcami w stanie bujnym i trwałym, jakie byś je mieć pożądała. Po kilku razach tej praktyki *obrazu* (masować nie częściej, jak 2 razy na tydzień), gdy rzecz dbale wykonasz, możesz być pewną najlepszego skutku. Wiesz już, na jakiej zasadzie.

3. Pomnij nadewszystko, że myśl twoja dobra i *obraz* z niej na tle zupełnego spokoju, skupienia i wiary jest najlep-

szym *lekiem powszechnym*, istnem *panacaeum* na wszystko. Ta myśl bowiem od źródeł jedności twej woli, czyli absolutnego zdrowia, już *przez się* : a) daje ton zdrowia *formie* twej duszy— skłócone naprawia, spaczone prostuje—a z czego *odleje się* wnet kształt twego ciała; b) działa tąż jedności wibracyą naokół i jest w stanie w innych naprawiać zdrowie i spokój.

4. Pamiętaj zawsze, że — jak świat jest *wyobrażeniem* Boga, tak życie i człowiek jest *wyobrażeniem* Boga w człowieka—*woli*—i że to *wyobrażenie* jest całą zasadą rzeczywistości. Ciało—to *wyobrażenie* uskutecznione już woli.

Do dzisiejszego listu dołączam ci, droga pani, w przekładzie z greckiego *Złote wiersze Pytagorasa*, które streszczają główne obowiązki, jakie zalecał swym uczniom ów nieśmiertelny oświeciciel ludzkości. Napisane zaś zostały te wiersze przez jego ucznia, Lysisa, który ocalał od pogromu, jaki złość ludzka i ciemnota wznieciły przeciw mistrzowi i jego beznamiętnemu stowarzyszeniu krotońskiemu, część uczniów podpalając, część morząc głodem w świątyni. Niech cię nie rażą w tych wierszach *bogi* i niech nie uspasabiają do posądzeń tej szkoły o t. zw. *politeizm*. Rzadko kto w dziejach miał tak szczytne pojęcie Jedności Boga, jak Pytagoras i jego uczniowie. Nie obawiaj się wyrazów— lecz nie odziewaj *bogów* w ciało najgrubsze ludzkie, jak czynią poganie. *Bogowie*—to hierarchia górna (hebrajskie *eloh-im* także w liczbie mnogiej) od stóp Tego, którego imienia się nie wygłasza, jako najświętszego. Hierarchia ta spływa łańcuchem złotym od góry aż do dołu—aż do *woli* człowieka, wszędy w ogniwach tychże podobieństw Jedności—i, *co na górze, jest—jak co na dole*—tylko, że im wyżej, tem bezcieleśniej napewno. W przyszłości napiszę ci komentarze do tych wierszy, a wtedy je lepiej ocenisz—teraz je czytaj i rozważaj sama.

ZŁOTE WIERSZE PYTAGORASA.

Przygotowanie.

Nieśmiertelne naprzód bogi czcij, jak prawo każe,
Szanuj klątwę uroczystą i święte ołtarze,

Wraz heroje one, światłości pełne przodującej,
Po nich duchy ziemskie szanuj, powinne czyniący.

Oczyszczenie.

Czcij rodziców twych i tych, co blizkimi się stali,
Druha wybierz, który cnoty sprawuje najdbalej,
Wstępuj w zacne jego rady, w budujące czyny,
I nie rzucaj go wraz lekce dla błahej przewiny,
Pókiś mocen jest: to bowiem niech ci będzie wodzą,
Iż moc ludzka i potrzeba w parze z sobą chodzą.
Wciąż się wkładaj, żeby zwalczać tak liczne przywary,
Więc lenistwo, sen i zbytek, więc gniew i poswary,
Nie czyń tego, co ci hańbą, ni skrycie ni w lico,
A nad wszystko szanuj siebie, sobie bądź świątnicą.
Sprawiedliwe masz stosować w każdem słowie, w czynie,
I z rozumem nie w sprzeczności być, nim czas upłynie;
Dobra—czy się sporzą, czy też giną, miej za jedno—
I to pomnij, że ze śmiercią i one ci zbledną.
Ciosy, które niebo zsyła, z których ci przędziwo
Doli, cierpliw przyjmuj, przeciw nie powstawaj żywo:
Leczyć, owszem, je potrzeba—i to wiedz roztropnie:
Dobrym dola nie najgorsza, nie najniższe stopnie.
Mnogie ludzkie są rozmowy, bądź nędzne, bądź prawa,—
Niemi zbytnio się nie przejmuj, nie wciągaj w ich wrzawę:
Fałsz, gdy w uściech kto ma, przeciw nie powstawaj gromem,
Cierpliw bądź,—masz wszystko pełnić, co-ć czynię wiadomem.
Nikt niech ciebie nie przekona ni czynem, ni słowem,
Byś miał pełnić, co-ć niesłusznem jest i bezcelowem.
Niźli czynić, pierw waż myślą, by głupstwo nie padło:
Czynić, mówić bez namysłu—głupca masz zwierciadło.
Jedno masz natomiast pełnić i wiąż mieć w obrzędzie.—
Co na później nie uszczerbi i szwankiem nie będzie.
Nie rób, czego nie potrafisz, ucz się, co-ć potrzeba—
Najpomyślniej ci upłynie żywot z wolą nieba.
Trza o ciało też mieć pieczę, ze słusznych użyczeń
W miarę jadła wydzielając, napoju i ćwiczeń;
Miarą zaś mu harmonijne zwę dla ducha wiano.
Strawę dając czystą, prostą i niewyszukaną,

Strzeż się tego, co obudza zazdrość i siew jadom;
Ani szczodrym nie bądź lekce, pięknego nie świadom,
Ani sknerą wraz niewolnym: umiar wżdy najlepszy:
Czyń, co szczerbą ci nie będzie, namysłem podeprzyj.

Dokonanie.

Snu słodkiego do swych powiek nie dopuszczaj sennych,
Zanim w myślach swych potrzykroć spraw nie przejdziesz dzien-
[nych:
Co-m gdzie zdziałał, co-m gdzie chybił, w czem mi wola krucha.
Niecnie-ś zrobił co, grom siebie, zacnie, wesel ducha.
Tem masz trudzić się, to kochać masz, jak swoje stropy,
To na boskiej cię mądrości nakieruje tropy:
Klnę ci się na tego, który w serca uroczysty
Znak nam *Czwórki* [1]) włożył, źródła przyrody wieczystej;
Ale, idąc k'rzeczy, modły pierwej złóż gorące,
By pomyślność twego dzieła z niebem była w złące.
Gdy owładniesz tem, wstępując niby w jutrznie złote,
Poznasz bogów nieśmiertelnych i ludzi istotę,
Poznasz, kędy rzecz się każda ściąga i stanowi,
Tak—iż nic nie będzie obcem twojemu duchowi.
Poznasz, iż człek dobrowolen ściąga udręczności,
O, jak płochy! Dóbr, co bliskie, drogi, co najprościej,
Ani widzi, ani czuje, smagany zawieją,
Zaś niemnodzy zło tak plenne zażegnać umieją.
Ten ci los śmiertelnych szczerbi: jako nędzne banie,
Wichrem gnane po przestrzennym wiecznie oceanie:
Z niemi wzrosła wraz rozterka krok w krok czycha szkodna,
Z nią nie walczyć, ale od niej biedz ma wola zgodna.
Zewsie Ojcze! Ode złego wybaw ludzkie plemię,
Albo okaż wszem demona, co to sprawia brzemię!
Ale ty się krzep, gdy boski jest ród śmiertelników;
Gdy przyroda ci swych świętych nie skąpi tajników,
Gdyś dziedzicem jej i celem wieczystego bytu,
Co-c ci wieszczę, możesz posiąść i dostąpić szczytu.
Ale wstrzymuj się od mięsiw, któreśmy wskazali —

---

[1]) *Tetras* pytagorejska.

W oczyszczeniach, w wyzwolinach duszy wciąż na szali
Sąd miej własny wraz z rozwagą, górną przodownicą, —
Aż gdy ciało porzuciwszy, słońcom wiecznym w lico,
Wolny, jasny, w niepochwytnym zamieszkasz eterze,
Bogiem staniesz się: duch władztwo wszystko swe odbierze.

Koniec Wierszy Złotych Pytagorasa.

SEN.

List XIII.

Nie będę ci, droga pani, przyrównywał człowieka do oceanu, ponieważ człowiek jest tym głębokim oceanem, który *nie chce*, i dlatego staje się bardzo płytkim stawem. Przyrównam ci przeto człowieka do stawu i pokażę ci go nie podczas dziennej pracy zabiegliwej, gdy słońce, światów duszę, mętem wód odbija, lecz podczas snu i uciszenia, gdy pod tajemnym urokiem księżyca, wód orędownika, spoczywa.

Śpi staw. Powierzchnia, niewzruszona napozór, tajemnicą zmroczoną mary powleczona, — cichy, wdumany, duszę własną chłonący. Już mniejsze i większe rybki-*idee*, ruchliwe kiełbie-*myśli*, jaskrawe karasie-*wyobrażenia*, okonie-*pomysły* i inne, i inne, tysiącami skupione w jednej stronie stawu, śpią pod wód cichych oponą, drętwe, zrównoważone, jak... masa mózgu ludzkiego.

Pośrodku nich stary szczupak przeolbrzymi, król i samorządca całego stawu, na którego skinienie za dnia się roi w stawie. Nie drgnie to rybie mrowie, skute wód otokiem.

Śpi nawet ił ciężki stawu i duszy swej nie mąci. Śpi z całym swym dorobkiem.

Tylko tam, z drugiej strony stawu, od iłów strony, zwabione żywiołem astralnym, co z falą księżyca się niesie, potworne żabki-upiorki na brzeg powyskakiwały gromadą, zajęły teren przyległy i *kum-kum* tęsknem z marami nocnemi się kumają. Obija się tęskne wołanie o czułą wody powierzchnię, przenosi się do ryb mrowia, lecz nie drgną łuską—śpią, jak nieżywe. I szczupak *nie chce*. Zasnął przed chwilą.

Śpi staw, lecz żyje swą wodą.

Tętno jej bije od głębi, fala się toczy, jak dawniej, w ruchu nieustannym, odnawia ciągle wód łono.

I przypatrz się tylko bliżej wód łonu niememu. Pozór nieruchu był tylko oczu ułudą i niedokładnem widzeniem. Staw cały roi się możnie życiem przygód tysiąca i ruchów subtelnych tysiąca.

Oto wietrzyk w śnie swym dreszczykiem się wstrząsnął i strącił na wód powierzchnię suchy szczątek gałązki. Patrz, jak od tego spadku drobnego kręgi się wokół rozchodzą — wszerz i wgłąb stawu—spotykają na drodze inne, nieznane, od kropli rosy spadłej może na wodę, czy od muszki przygodnie zbłąkanej.

Każdy ruch najdrobniejszy, zzewnątrz i zwewnątrz, teraz czy za dnia, czy nie wiem kiedy poczęty, drgnienie wąsa raczego, ślimaka poruszenie, wszystko to już wir, wodom udzielony, który ginąć nie może.

Kręgi się łamią, chłoną przez większe silniejsze, ścierają i toczą—dopływają do brzegów, znów się odbijają —i tak bez końca, bez końca. Słabną, lecz nie giną.

Cała powierzchnia i całe wód łono, jak jeden kalejdoskop wirów niepochwytnych, które życiem swem lekkiem, jak tchnienia, się łamią.

Za dnia ryb ruchy pochłoną te kręgi i nad niemi zapanują, teraz ich życie wydziedziczone zajęło senne tereny.

I oto podpływają do ryb siedliska drętwego, obijają się o ich łuskę; niektóre silniejsze drgnienia przesuwają mrowie zaśnione — potrącają o siebie, zmieniają ruchy bezwolnie, tworzą zarysy, przekątnie—otarły się o szczupaka.

I oto szczupak śni.

Czy wiesz, droga pani, o czem śni szczupak?

Wyśniła mu się w tej chwili... patelnia. A motywami snu były: płotka, której nie złowił za dnia, *drewienko*, które spadło na wodę, i *ognik* błędny robaczka świętojańskiego, który mu przemknął przelotem, gdy trzy dni temu wyprysnął z wody nad wieczorem. A może jeszcze tarcza krwawa księżyca, gdy wschodziła w sitowiu...

Taka, mniej więcej, jest logika snów nielogiczna, acz całym mechanizmem tajemnym wpełni uzasadniona.

Dotycze to snów najprostszych, któremi śnią ludzie przeciętni, ryby w stawie — bowiem są inne, dziwniejsze — prorocze i *jasnowidzące*, które są wprost odczytywaniem klisz astralnych,

zawierających wypadki, jeszcze nie odbite w rzeczywistości, acz już sformowane w przestrzeni—tak, jak gdy ryba ujrzy świat na chwilę, z wody wyskoczywszy; są inne, od istot świetlanych idące, jako natchnienie, i t. d. Te są o wiele trudniejsze do badań, jakkolwiek mechanizm ich prostszy jest może. Powszednie zaś tak się wyjaśniają zgruba:

Wszystkie wrażenia przelotne dzienne, jak rzucone na wód powierzchnię kruszyny, które przez kręgi większe przewodnie narazie są pochłonięte,—które błysły w świadomości, lecz nie wzięte zostały do idej przewodnich woli i obrazu, — we śnie, gdy kręgi te większe uciszą się w ruchu, poczynają swe życie niezgładzone i wzajem, bez woli przewodu, wedle praw swej siły, spływają wciąż w kalejdoskop kręgowy, z którego są obrazy. Do nich się dołącza tysiące innych wrażeń bezwolnych podczas snu, zwewnątrz i zzewnątrz—z całego świata, i wchodzi w grę z niemi.

Umysł obudzony główne motywy obrazów sennych przy wprawie pewnej mocen jest pochwycić,i wiernie znaleziony motyw ma tę wtedy własność, że jakoby pewnością i poświadczeniem w tymże się umyśle natychmiast odbije. Badać je atoli należy zaraz po przebudzeniu, nie patrząc w okno, które światłem swem rozprasza senną jeszcze dyspozycyę umysłu, zachowujące go niejako kliszę, którą ma wola zbudzona prześwietlić.

Tak, naprzykład, śniłem wczoraj jakąś wal-

kę dziwaczną studentów na florety. Byłem nią bardzo ździwiony po zbudzeniu i jużbym ją może wziął za złą wróżbę dla siebie, gdy naraz woli szperającej błysły główne motywy z całą pewnością. I oto, co się okazało. Na dwa dni przed snem kuzynka moja, która jest śpiewaczką, stojąc przy piecu, pokazywała mi ruch, jakim się Salome w operze skrada, gdy widzi Johannesa. Przypomniałem sobie, że przy ruchu tym błysnął mi podświadomie ruch analogiczny, czy też odcień tylko ruchu, Hamleta, gdy godzi w ukrytego Poloniusza. O *floretach*, które są w grze w ostatnim akcie, nie pomyślałem zgoła — lecz dosyć było tego motywu, by w śnie *florety* zawirowały. O studentach zaś rozmawiano tegoż dnia przy stole, gdym myślał o czem innem — i tylko sam wyraz *student* obił mi się sennie o uszy.

Lecz przejdźmy, droga pani, na chwilę do krwistych śpichlerzy fizyologii. Nie tłomaczy ona istoty, lecz sam proces w najgrubszym zarysie.

Wiesz już, że w ciele ludzkiem są dwa systemy nerwowe z różną funkcyą: jeden — życia czujnego: woli, myśli, czucia — to *mózgowie* i rdzeń pacierzowy; drugi—życia zwierzęcego, roślinnego, gospodarz ukryty — to *zwoje nerwowe* ze swemi przyległościami i z wielkim łącznikiem gałęziastym — *nerwem sympatycznym*. Ten drugi gospodarz nigdy nie śpi i pod jego władzą są te właśnie organy, które pracują we śnie.

Tak zwana *siła nerwowa*, aczkolwiek niewiadomego źródła, jest *fizyologicznie* ostatnim skutkiem działania krwi na organy poszczególne.

Wielka wymiana, która daje rozlew tej sile, dokonuje się prawdopodobnie w *móżdżku* (Luys).

Anatomia *móżdżku* jest nader prosta: dwie *półkule* wyraszczają trzy *odnogi*: górną, dolną i średnią.

Górna odnoga łączy móżdżek z *mózgiem przednim* (władze świadome) na poziomie miazgi czerwonej Stillinga.

Dolna odnoga łączy móżdżek ze zrazami szaremi mózgu przedniego (władze motoryczne).

Średnia wreszcie odnoga łączy dwie półkule móżdżku t. zw. mostem Varole'a.

Czyli: móżdżek, dystrybutor siły nerwowej, łączy się górną odnogą z systemem życia świadomego, dolną—z systemem nerwu sympatycznego za pośrednictwem mózgu przedniego. Może więc wysyłać przez swe odnogi siłę do góry i do magazynów dolnych, zwojów sympatycznych.

Czem jest sen i czuwanie?

Podczas czuwania działa tylko odnoga górna i posyła swój towar do mózgu.

Gdy atoli nastąpi wyczerpanie komórek nerwowych, t. zw. znużenie, przez ucisk krwi mózgowej,—następuje ziewanie (Luys), prąd zmienia kierunek i zmierza opatrznie do nerwu sympatycznego. Człowiek śpi.

Podczas snu następuje przypływ krwi do mózgu. Wielki *sympatyk* zajmuje tam pole i odnawia komórki zużyte. Gospodaruje. Gdy toksyny już znikną, znów prąd się zmienia. Wraca

od sympatyka do móżdżku i ztąd do mózgu. Człowiek się budzi. Wola drgnęła.

Dołączone rysunki (na końcu książki) objaśnią ci to jeszcze lepiej.

Lecz jeśli sen jest ważny i tajemniczy pod względem fizyologii cielesnej, o ileż jeszcze ważniejszy i bardziej tajemniczy pod względem fizyologii duszy, ducha i woli, pod względem swej całej hygieny moralnej i metafizycznej!

We śnie cała twa *dusza*, owa *forma*, przez dzień kształtowana, zastyga w kształcie zarządzonym, na odlew ciągły ciała. *Paruje* ta *glina* w najdosłowniejszem znaczeniu lotnem. *Para* ta łączy się z *parą* pokrewną przestrzeni, ściąga pierwiastki pokrewne i zapładnia się niemi, wraca do gliny, oddziałuje na nią.

Wiesz, droga pani, co się dzieje, gdy rzeźbiarz niedbały zostawi swoję glinę na noc, nie przykrywszy jej chustą zmoczoną: krótkiego czasu dość, by glina się zeschła, popękała i formę na odlew zeszpeciła niezwrotnie—aż do nowego jej odrobienia.

Nie zapominaj, droga pani, zakrywać na noc swej *formy*, swej *duszy*, chustą wstydliwą pokoju i opamiętania!

Nie wiesz, nie przypuszczasz nawet, jak ważna to sprawa! Pomyśl tylko. Człek przez trzecią część życia pozostawia tę formę odłogiem własnemu jej działaniu i wpływowi żywiołów zewnętrznych. Czy wiesz, co się staje przez jednę tylko noc krótką, gdy dusza ta, w złem zastygła, w pracowni wartkiej ciała i światów po-

zostaje? Ile larw, jej pokrewnych, strzępów brudnych, owych *łupin* astralnych, jak słusznie je mienią, przez noc tę się do niej przylepi! Jak tę szpetotę jeszcze bardziej zeszpeci i spaczy!

Trzecią część życia odlew twego ciała trwa bez twego *veto*,—prawem fatalnem twej duszy! Pamiętaj o tem zawsze! Złe złe przyciąga, brud brudem się syci i wzmaga. Każda pasya, przed snem nieopanowana, każdy zły zamiar, drgnienie złe nawet—to już ton dla tej duszy, pod którym ona nietylko na odlew stały szpetny przez noc pozostanie, lecz jeszcze tysiącem szpetności pokrewnych odzewnątrz się w odlewie przyszpeci.

I oto dla czego głównie masz tyle twarzy szpetnych na świecie, owych zwierciadeł skrzywionych *duszy!* Oblicz tylko: Gdyby człowiek w swem życiu *równomiernem* całą trzecią część wielką użył na poprawę (o ileż mniej jego używa!), już *forma* z dwu trzecich (jednej snu biernego i jednej—szpetoty dobrowolnej) o szpetności by fatalnie stanowiła!

Moc atoli i łaska woli, na szczęście, jest bezgraniczna i *równomierność* tę w niwecz jednem swem tchnieniem obala. Człek, w dobrem zamierzony, brzydotę szybko odmienia, bo, jeżeli brzydota złem szybko się tuczy w odmęcie ciemności szpecącej, piękno dobrem się wzmaga tysiąckroć szybciej w światła potokach. Samo bowiem już światło tysiąckrotnym nadmiarem jest wagi dla woli dobrej człowieka, i jeden błysk światła przeważy wieki ciemności!

Światło zaś—to piękność jedyna człowieka.

W niem wszystko: i pokój, i wdzięki, i siła. I nie masz w niem nic z brzydoty, bo niemasz w niem nic z ciemności!

Pomnij więc, droga pani,—i nigdy, zda się nie dość ci to powtarzać,—że sen—to najważniejsza przeprawa w codziennem życiu człowieka, i że do niego trzeba się godnie całym dniem ciszy sposobić! To umieranie woli człowieka na jej zmartwychwstanie ponowne! To ster, w ręce Żywiołu oddany! To czyściec codzienny dla duszy odpowiedzialnej! To sąd nad nią astralny! To pieczęć niezgładzona! To maska, licom przykuta za twego *dzisiaj* uczucia!

Zasypiaj z światłem w duszy! Okryj ją na to misteryum całunem białym pokoju, by duchy najlepsze odniosły ją jutro wzmożoną — z dorobkiem wdzięków anielskich!

P. S. Rady poszczególne (dośrodkowe):

1. W chwili zasypiania, uciszywszy się już zupełnie, *wyobrazić* sobie swą własną twarz w ideale pożądanym piękna i jasności, i z tym *obrazem* zasypiać. Stanowi temu ma, oczywiście, towarzyszyć, choć w zbliżeniu, układ rysów i wyrazu twarzy—odbicie pokoju i jasności. Z tą maską jasną i wygładzoną zasypiać,—z maską światła. Strzedz się natomiast zasypiać z grymasem na twarzy. Przykuwa on się podczas snu i żłobi. Wyobrażenie swej twarzy w ideale jasności może być również bodźcem do uciszenia i jasności wewnętrznej — samo przez się atoli szybko zniknie, jeżeli nie jest wspomagane jasnością głębszą, ogólnym dorobkiem, odwewnątrz, gdyż rysy podczas snu są na pastwie zupełnej ogólnego stanu duszy. W każdym razie i ten drobny zabieg dośrodkowy stokroć pomocniejszy

dla twarzy kobiecej od wszystkich znanych zabiegów barbarzyńskich kultury naskórnej.

2. Rzecz złą, którą chcemy, żeby się nam nie przyśniła we śnie, należy rozsnuć przed zaśnięciem w myśli i w *obrazie biernie*, t. j. bez udziału (o ile to możebne) duszy i uczuć—i zarządzić nadomiar obraz czynny, jasny, dla zmazania poprzedniego obrazu.

3. Życie idealne sprowadza sny idealne i wybiegające w przyszłość. Życie złe sprowadza obrazy złe i wybiegające w przeszłość. Życie przeciętne sprowadza obrazy z wrażeń przelotnych dwu, trzech dni przed snem. Unikać stanowczo wszelkiego jedzenia (nawet nieobfitego) na 2, 3 godziny przed snem.

ŚWIAT NIEWIDZIALNY.

List XIV.

Wszechświat, droga pani, jest tak utworzony, jak człowiek; człowiek —jak każda z trzech jego składowych części, każda z tych składowych części, jak najdrobniejsza w ciele komórka, każda komórka, jak człowiek i jak wszechświat. Od ziarnka maku do kuli ziemskiej, do gwiazd, do słońca, do granic nieskończoności,—od woli i myśli ludzkiej do Boga nieobjętego — wszędy toż prawo trójistne sił, razem związanych, jak łańcuch ogniw odbijających się, w jedności działający. I jeżelim ci w listach tych przedstawiał dla większej obrazowości trzy siły w człowieku, jako trzy formy odrębne, nie masz brać tego bynajmniej w jakiemś znaczeniu lokalnem i odgraniczonem, jakbyś to czyniła dla najgrubszej po-

włoki ciała ludzkiego, niedostatecznością widzenia kierowana, lecz masz brać to w jedności wzroku absolutnego—dla całego człowieka, w którym każda komórka wraz z swej widzialności troistą powłoką trójistnem sił życiem się święci. Gdy więc masz w tej powłoce cielesnej człowieka trój-kolej zasadniczych organów: głowy (mózgu), serca i tych niższych, dla których mózgiem jest zwój słoneczny, nie masz brać tego, jako całego człowieka, gdyż to jest całość tylko jego najgrubszej powłoki, lecz masz rozumieć, iż na całość istoty ludzkiej składają się trzy siły, trzy zasady, które się wyrażają jedynie w tych organach, jako widzialność istoty niewidzialnej, a które, razem wszędy związane, stanowią jedność, która w woli poznającej się święci. Masz tedy brać nadto człowieka: jako zbiór wszystkich ludzi, jako Człowieka Powszechnego, jako Człowieczeństwo, jako Człowieka w idei. I oto mając już to pojęcie wyższe, możesz się wznosić po stopniach poznania, wszędy tem że prawem jedności kierowana. Masz tedy w tem Człowieczeństwie, w tym Człowieku powszechnym, jednę z form tego (zawsze bierz w jedności), co nazywamy Wszechświatem, — formę jego ośrodkową, *duszę* Wszechświata. Na dwie inne formy tegoż Wszechświata złoży się to, co odpowiada w człowieku jego ciału i jego duchowi, formie najniższej i najwyższej, a co będzie w Wszechświecie Przyrodą i Bogiem, Przeznaczeniem i Opatrznością dla woli poznającej, ciałem Wszechświata i duchem Wszechświata. Cała ta jedność Wszech-

świata, przyroda, Człowiek i Bóg dociekany, ginie w nieskończoności Boga Niedocieczonego, który ją obejmuje, sam przez nią nie objęty, i odbija się iskrą drobną w ośrodku człowieka—woli poznającej.

I oto masz Jedność Boga w pojęciu słabem ludzkiem, *wyobrażenie* słabe rzeczywistości nieujętej, tak je prześcigającej, jak słońce prześciga blaskiem iskrę drobną, jak obwód koła nieskończonego prześciga swój drobny ośrodek.

Ośrodek ten atoli ma moc twórczą nieskończoności, ma możność rozszerzenia swej mocy aż do granic Boga i złączenia się z Nim w Jedności. Ma moc nadaną rozświetlenia siebie aż do granic nieskończoności i stworzenia całej rzeczywistości, stworzenia całego siebie—sprowadzenia swego *wyobrażenia* do niepojętej pełni rzeczywistości samej, Boga Jedynego i Światła jedynego.

Związek tej iskry, tego ośrodka z całym obwodem nieskończoności, z Bogiem Bogów, jest nie do pojęcia dla iskry ludzkiej, gdyż tylko ośrodek, rozjaśniony na całą nieskończoność, objąć by ją potrafił. Jest atoli ten związek pewny, bowiem pewność jego spoczywa w samej mocy twórczej woli, jak w ośrodku koła spoczywa pewność nieodbita koła. Jest on nadomiar jedyną rzeczywistością człowieka, na której się oprzeć może na ziemi, i jedynem niezłomnem świadectwem Boga na niebie, gdyż w dążeniu swem twórczem już w każdej chwili świadectwo to i składa, i tworzy, i wzmaga. Dążenie więc do

Boga—to proces naturalny, przyrodzony tej woli, to prawo jej ciążenia, to prawo samego życia.

Zaniechajmy przeto badania tego Boga słowami i rozumem, które zawsze będą tylko cieniem Jego, i dążmy do Niego w milczeniu i trudzie, całą istotą twórczą przyrodzoną, gdyż On się odsłania na ziemi nie słowom i ciekawości, lecz dobrej woli i samej zasłudze nieba w człowieku.

Idźmy dalej wgłąb świata i form poszczególnych.

Każda z trzech części wszechświata odbijać ma pierwowzór i rozdrabiać się do nieskończoności w łańcuchu analogicznym.

Cóż jest w przyrodzie temi trzema formami, które odpowiadają trzem formom jedności w sobie?

Minerał—Roślina—Zwierzę: Ciało—Życie—Instynkt.

Lecz w każdem jest trójsplot sił, którem ono żyje. I minerał, jak roślina, jak zwierzę, po za swym kształtem, ma swego ducha i duszę. Minerał „się tworzy”, lecz to tworzenie się—to dusza jego, to siła, to życie. Wszystko żyje i nie masz nic martwego na świecie, bowiem Bóg żyje — i wszystko jest życiem, jak wszystko jest ruchem.

Cóż jest widzialnem z tego sił trójsplotu? Powłoka sama. Żywioł — niewidzialny, życie—niewidzialne, dusza—niewidzialna. Jest ona tylko współrzędności swej w człeku przytomna.

Cóż jest w człowieku, owej formie bytu zasadniczej, widzialnem? Materya sama. Dusza i

duch — niewidzialne. Ale są woli współrzędnej przytomne.

Cóż jest w Duchu świata, w Bogu, co się nie jawi, widzialnem. Nic. Lecz wszystko jest przytomnem współrzędnej woli człowieka.

Bo wszystko jest we wszystkiem i nie masz wyjątków w tem prawie.

I oto wielka księga Bytu, z której okładka tylko — jakże powierzchownie — widzialna! Nic znamy, nie widzimy wnętrza tej księgi, która jest wciąż tylko ciałem księgi, nie znamy liter i pisma tej księgi, która jest jej duszą, nie znamy sensu tej księgi, która jest jej duchem. Nie znamy nadto wcale autora i jego myśli twórczych!

Cóż trzeba, by księgę pierwszego lepszego twórcy ziemskiego odczytać? Nauczyć się czytać. Rozwinąć współrzędzną siłę tej sile, co księgę napisała. I wtedy jeszcze—któż księgę tę lepiej odczyta i pojmie? Kto duchem się wzniesie do twórcy, kto wzrok swój wewnętrzny rozwinie, kto obraz stworzy istotniej, kto z księgi rzeczywistość odkryje. I wtedy rzeczywistość księgi stanie mu na lico. Bo wola jego doszła do niej wpełni.

Tak tedy i do czytania wielkiej księgi świata trzeba wzrok swój współrzędzy rozwijać. Świat ten roi się całem życiem obrazów, istot i idej, których nie tylko nie widzimy oczyma ciała, lecz nawet oczyma duszy i ducha zgoła nie przypuszczamy. Świat niewidzialny jest stokroć większy i rojniejszy od świata widzialnego i stokroć większą od niego jest rzeczywistością. Rozwija-

jąc więc współrzędny treści tej książki wzrok duszy i ducha, dostrzegać treść tę zwolna poczniemy i oczyma wzroku. Gdyż we wzroku najlichszym jest dusza, czyli zdolność widzenia, i duch, czyli samowidzenie, idea rzeczy widzianej. Lecz wzrok zwykły ludzki widzi tylko to, co z duszy i ducha swego do oczu przesyła, co wzrokmu niewidzialny nastręcza.

Nie odmawiaj przeto, droga pani, swej woli od całego świata niewidzialnego, lecz, owszem, rozwijaj wzrok ducha, byś go choć przelotem kiedy ujrzeć mogła. Gdyż życie ludzkie—życie stawu drobnego, w którym ryby cały świat swej widzialności podwodnem korytem zakreślają—i tym nielicznym rybom, które na chwilę z wody wyprysnęły i świat Boży ujrzały, nie wierzą. Bądź, owszem, tą drobną rybką, co życia nad wodą ciekawa i całym wysiłkiem wyskoczyć z żywiołu się uczy. Ale nie dla czczej chwały, lecz—żeby wolę uświęcać!

I wtedy poznasz, żeś nie jest samotną na świecie i że poza ludźmi masz stokroć większą oporę w świecie druhów innych, duchowi twemu przytomnych, których oczy ziemskie jeszcze nie widzą, lecz których obecność jest pewna. Nie odziewaj ich atoli dla myśli w ciało ziemskie, gdyż oni się tylko w światło ubierają.

Od dołu aż do góry, od przyrody aż do Boga—cały świat duszy i ducha wszechświata—to jeden łańcuch i rój tych istot niewidzialnych. Świat ma, zaiste, więcej tajemnicy i cudu, niż rozum ludzki zdolen je wyroić. I cud się wciąż

staje—za murem oczu i myśli. I nie masz nic w wyobraźni, czegoby nie było w tym świecie, i stokroć więcej nad to. I nie masz myśli, i nie masz tchnienia duszy, by przez nie te istoty świata się nie przysparzały. Lecz, jak rzekłem, nie odziewaj ich w ciała ziemskie. Gdyż one są w duszy i w duchu świata i szaty ich z ciała duszy i ducha się stają. Z tych zaś szat tylko najniższe i najgrubsze, te, które są granicą jakoby ciała i duszy, niekiedy oczom zwykłym się jawią. Reszta dla oczu zwyczajnych zakryta. Nie dlatego, iżby ich wpełni nie było, lecz—że ich oko zwyczajne nie widzi. I dopiero współrzędność wzroku, z duszy i z ducha krzesana, obaczyć je może czasami w ich szatach niechwytnych świetlistych.

Budź więc istotę i nie bój się wyrazów, i nie sróż się na nie! Bierz je bez zastrzeżeń. Wyraz — to łuska, co okrywa istotę. Wyłuszczaj istotę, odrzucaj łuskę.

Daję ci przykład, by pewność twoję utrwalić. Wymówiłaś słowo *anioł*. Wraz ze słowem i obraz niejasny (zawsze jeszcze za gruby i za materyalny) w twej myśli zamigotał. Czy możesz na chwilę przypuścić, zastanowiwszy się głęboko, by mógł ten *anioł* istnieć w twej wyobraźni, gdyby go nie było w rzeczywistości świata, dla której wola twa i świadomość kliszą jest zaćmioną i zwierciadłem zgruba zapylonem? Owszem, w tej chwili, kiedy ci błysnął tak nieudolnie w twej wyobraźni, jużeś go w *rzeczywistości* ujrzała, odbitego w tem zwierciadle, lecz jakże niefortunnie, jakże nieobecnie, pod jaką grubą war-

stwą pyłu materyalnego! I nawet w ludzkiej postaci nawyknionej, gdy on jest zgoła duchem! Odczyszczaj to zwierciadło, byś go w całem świetle i w całej rzeczywistości zblizka zobaczyła. Bo wola twoja jest zwierciadłem wszechświata, i nic w niej dziś i pozawsze urodzić się nie może, co nie byłoby zgruba odbiciem idealnej, istotnej rzeczywistości świata. I w miarę odczyszczania tysiąckroć rzeczy zobaczysz, dziś nie przeczuwanych — a wszystkie wciąż rzeczywiściej, gdyż sama wciąż rzeczywistszą dla siebie stawać się będziesz.

Daję ci inny przykład. Pomyślałaś o osobie drogiej ci i zmarłej. Wszak czujesz, że ci gdzieś w niewiadomem przytomna, jakże jednak daleko i jak niepochwytnie! Czy sądzisz, że mogłabyś o niej pamiętać, jako o zmarłej, gdyby w tejże chwili rzeczywistość do studrzwiowej furty zamkniętej twej woli nie zakołatała? Otwieraj jedne za drugiemi odrzwia twej woli dla świata. Odbudzaj istotę. Rzeczywistość ci stanie otworem.

Sokrates miał swego *demona* [1]), który był mu przytomny zupełnie i bez którego przewodu nic nigdy nie uczynił. *Dajmon* ten umrzeć mu kazał, gdy świat mu ucieczkę gotował. I nie sprzeciwił się jemu. Święci i mędrcowie najwyżsi mieli swych aniołów i duchów opiekuńczych świetlanych, które ich wiodły na szczyty.

---

[1]) *dajmon* greckie — *bóstwo*, odpowiada pojęciu chrześcijańskiego *Anioła stróża*. (*przyp. aut*).

I ty wzbudź swego anioła, który jest jeszcze daleko, lecz który nie chybi, gdy światło mu ducha otworzysz. Bo on jest w świetle tym ducha — i dziś go czujesz w iskierce. Wierz lepiej ze świętymi i mędrcami świata, niż wątp z Renanem czy Wolterem. Nie iżby oni w swojem się mylili, lecz—iż się mylili w rzeczywistości świata, dla której bram ciężkich w sobie nie złamali. Strzeż się natomiast duchów złych, przewrotnych, strzępów i łupin astralnych, wszelkiej złej woli przytomnych i w odmęt ciemny wiodących. Rozpraszaj je, owszem, światłem twojej woli, gdyż światła moc tak jest potężna, iż w niem zło wszelkie pierzcha niepodzielnie.

Twórz jutrznię swoję!

KRÓTKIE WEZWANIE DO DUCHA OPIEKUŃCZEGO.

Duchu najlepszy, świetlany,
W świetle mej duszy dojrzany!
Niech twoja święci się droga,
Prowadź do światła, do Boga!

TEORYA RÓWNEJ WAGI.

List XV.

„Ale z owoców drzewa wiadomości złego i dobrego, które jest pośród sadu Edenu — rzekł Bóg—nie będziesz jadł, ani się go dotykał—albo-

wiem dnia, którego jeść będziesz z niego, śmiercią umrzesz".

Temi oto słowami i obrazami, jak grom potężny, po czarnem niebie ziemi idący, i jak błyskawice śmiertelne, ukazujące w ostatniej rozpaczy niebo stracone Edenu, przytwierdził w natchnieniu niepojętem największy z hierozofów, czyli mędrców Bożych, Mojżesz, wielką tragedyę pierwszego człowieka, Adama.

Słowa te płomienie przez wieków z górą czterdzieści rozświetlają czarną otchłań ontologiczną człowieka—i nic nadto do tajemnicy tej nie przysporzono, i nic do słów tych ducha nowego nie wniesiono.

Dla prostej wiary zostają one zawsze obrazem bez skazy, nad który niemasz innego, wiarogodniejszego w duchu; dla wiary oświeconej—istotą rzeczy, najtrudniejszej do pojęcia, w splot słów najprostszych i najsyntetyczniejszych odzianą, na jaki forma ziemska dla tej rzeczy nieziemskiej pozwala.

Widzenie tej tajemnicy spłynęło słowami, jak same kawały ducha—ze słowem każde zasadniczem, istotnem.

I trwają do dzisiaj, bowiem każde ze słów tych jest szatą syntetyczną z stu szat innych, coraz bardziej lotnych, aż do wnętrza istoty, która prawem swem przyrodzonem w nie się przyodziała, z niemi zrośnięta zupełnie.

Postarajmy się jednak zdjąć choć kilka z szat grubszych tej istoty, by ją mniej konkretnie tem pewniej zobaczyć.

Tajemnica ta zawiera ontologię duchową człowieka, zanim Bóg go „w skórę przyodział“. Nie rozważajmy samej tajemniczej łączności już tego człowieka ducha ze *skórą*, w którą Bóg go przyodział, rozważmy go u źródła samego ducha,—bez materyi, którą pociągnął wraz z karą.

Mocen to jest człowiek, acz śmiertelny, niejako uczynić, gdyż sam jest owym duchem, najgrubiej w *skórę* przyodzianym i nicią pamięci—jakże nieskończoną i jakże bolesną—z owym rajem straconym związanym.

Tak zbrodzień, co się kaja, w pamięci odbudowywa boleśnie rajskie chwile swojej niewinności.

Przypomnijmy więc sobie w duchu tę sprawę, a punktem wyjścia niech służy iskra *dobrej woli*, punkt świetlany, ośrodek obwodu nieskończonego raju, dziś morzem materyi i śmierci zasnuty. Przedzierajmy się gwałtem przez to ciemne morze.

W każdym złym czynie ludzkim odbija się echem dalekiem przekleństwo tego raju i utrata bolesna, w każdym dobrym czynie i skrusze podźwięcza echem świetlanem radosna nadzieja tego raju—jego odzyskanie.

Pochód więc nasz myślowy ma być rekonstrukcyą duchową od dołu do góry, od środka drobnego do obwodu nieskończonego, jak tragedya ta niepojęta nastąpiła od góry do dołu, od tegoż obwodu do swego ośrodka.

Zacznijmy od iskry. Iskra, pozostała w ciem-

ności, ma odbudować prawo swego ogniska—prawo światła, ktore to ognisko nieciło.

Winno to być możebnem, gdyż iskra — to płomień w zarodzie, to światło w swej przedegzystencyi.

I niemożebnem to jest, gdyż iskra światla nie obejmie, którego jeszcze niema, czy—którego już niema.

Zacznijmy od chwili. Chwila — to wieczność w zarodzie. Lecz chwila nie obejmie wieczności.

Zacznijmy od iskry i od chwili.

Wola błysła. Moment się staje. I oto już raj odzyskany w iskrze i w momencie. Gdyż iskra ta i moment — to iście raju pozostałość— i raju odbudowy początek. Odbudowy światła i odbudowy wieczności.

I oto cały raj dla iskry i momentu. I oto *równowaga* doskonała, która jest rajem jedynym, oto absolut, pokój niesklócony, *O* śród liczb, wieczność i nieskończoność w mknieniu.

Człowiek atoli stracił wieczność, dowiaduje się o tem z momentu. Pokój zmarl, absolut zmarł. „Dnia, którego jeść będziesz, śmiercią umrzesz“. Duch zmarł, „odzian jest w skórę“,— została iskra, raju przypomnienie, została chwila, wieczności wspomnienie, zostało życie—raju odbudowa. Moment się ciągnąć ma przez mrok materyi, w czasie i przestrzeni. Dowiaduje się o tem człowiek z momentu.

I oto moment-absolut znika. Nie—nic znika! *Jawi się, owszem,—jak przedtem go nie było,*

Wyłania się z wieczności. Z O staje się I,—i pierwsze drgnienie ruchu z równowagi. Moment wyroczny. Moment narodzin *drzewa wiadomości złego i dobrego*. To samo życie właściwe.

Dawniej czlek drgnął tylko, teraz już *wie* o tem. *Drzewo* już się narodziło. Moment już rozdwojony na 1 i 2. Zaczyna się życie, zaczyna się ofiara, zaczyna się śmierci ducha odrabianie [1]).

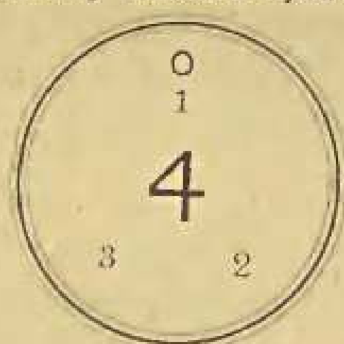
Cóż człowiek mocen zrobić z taką chwilą? I co z nią robi istotnie?

---

[1]) Człowiek przechodzi przez 3 momenty woli w momencie: woli absolutnej, woli w mocy i woli w akcie. Trzy te momenty są trójcą woli w jedności, która daje źródło każdej nowej chwili. W analizie subtelniejszej, jako że *O* niepojęte bez 1, trójca ustanowi się, jak następuje:

O, 1. Wola w jedności,
2. Wola w mocy.
3. Wola w akcie.

Razem—jedność absolutna, poczynająca w *Czwórce*, odbiciu tej jedności, właściwy łańcuch zjawu życiowego.



4.

Będzie więc ta *Czwórka wolą w mocy*, wolą poznającą (*Drzewem wiadomości złego i dobrego*), początkiem życia rzeczywistego, wyrazem trójistnym tegoż prawa jedności rzeczywistej, jak trójca początkowa jest wyrazem jedności absolutnej. Od niej zaczyna się łańcuch życia pod przewodem absolutu. (*przyp. aut.*)

Mocen lub zasilić równowagę jedności, absolut, raj, lub mocen ją zgasić zupełnie. Może lub przysporzyć moment do wieczności, lub moment ten wieczności zgasić. Zaprawdę, możny jest człowiek w swej mocy.

I oto człowiek, Adam ów mały *umarły*, mając już to swe drzewo wiadomości złego i dobrego w momencie, idzie za wiadomością dobrego tylko. Nie tyka z drzewa, jak prawo każe. Bo nie tknąć z drzewa—to prawo jedności. To prawo pokoju i raju. I tknąć z dwojga wiedzy, to—wybrać złe, zubożyć drzewo. Bo *złe*—to wiedza w chwili, a *dobre*—to wiedza w wieczności. Bo wybrać *dobre*,—to poświęcić i *złe*, i *dobre*.

I oto, co się staje. Drzewko cudownie w ogniku urasta. W ogniku dobrej woli. Absolut się wzmaga. Jedność o mknienie się wzmaga.

Moment następny. Absolut już wzmożony, światło wzmożone. Drzewko już większe. Znowu historya momentu. Jedność absolutna rozdwaja się. Równowaga, acz wzmożona, narusza się. Ruch nowy—chwila nowa. Znów owoc kuszący. Człowiek *wie* i wybiera. Znów wybrał, co jest prawem. Nie tknął swego drzewka. Znowu się ognik cudownie zasila. Równowaga wzmożona w dwójnasób. Raj przysporzony w dwójnasób.

Następuje moment trzeci. Adam *redivivus* uniósł się ciekawością. Zapomniał się. Zerwał owoc z drzewa. I patrz, jak niknie to drzewko. Równowaga spada. Ognik przygasa. Raj utracony.

I oto całe życie człowieka w konstrukcyi wieczności. I oto cały raj i wieczność w rekonstrukcyi chwili [1]).

Zaprawdę, nic łatwiejszego, jak raj odbudować!

Zaprawdę, nic trudniejszego nad życie *dobrej woli*.

Spojrzyj, droga pani, na wahadło zwyczajne, ten najprostszy i najistotniejszy obraz życia i człowieka, pierwszy przyrząd, który wydało życie, i ostatni, z którym się życie zakończy,—pierwsze wiązadło ruchu i wszego widzialnego.

Wahadło w pokoju. To absolut ruchu, to O, w którem tkwi siła potencyalna ruchu. To raj niestracony z swą siłą zarodową, z swem *drzewem* rajskiem zguby.

---

[1]) Pojęcie *dobrego* i *złego* nie jest jeszcze tak trudnem do rozwiązania, jak to powszechnie przypuszczają. Rozwiązuje się ono całkowicie w *dobrem*, gdyż dobro to absolut, respective *jedność*. *Dobro* i *złe* — to tejże jedności rozdwojenie. Każdy więc wybór *dobrego* jest cudownem uprzytomnieniem nieśmiertelnej przenośni *drzewa wiadomości* i jego *nietknięcia*, gdyż będzie ono działaniem samego absolutu (owego *drzewa żywota*, pozostałego w raju, które daje nieśmiertelność), samej jedności w człowieku, nie rozszczepiającej się na swą wiadomość złego i dobrego dla chwili przyszłości, jak upadek rajski był tem że rozszczepieniem dla chwili, po niej idącej, czyli w naszem pojęciu—dla przeszłości. Tak rozwiązuje się każde poruszenie wahadła w swem poruszeniu następnem, mniejsze o jedno jakoby *niespożycie swego owocu* w przestrzeni i o tyleż bliższe swej jedności (pokoju) w czasie.

(Prz. aut.)

Wahadło w ruchu. Jedność absolutna staje się jednością w prawo, i 2—w lewo. Zaczyna się ruch, życie wahadła i śmierć pokoju! Śmierć? Przechodzi ono ciągle przez linię pokoju i wciąż bardziej w ruchu przybliża się do niej. Wzmaga równowagę. Wzmaga jedność. Stanęło. Pokój i raj odzyskany.

Tragedya raju—to tragedya wahadła w pokoju absolutnym, wahadła wielkiego duchowego, zawieszonego gdzieś u stropów nieskończoności, w którem tkwiła siła zarodowa ruchu, drzewo wiadomości złego i dobrego, pozostawione dobrej woli wahadła, które nią było w całości, w absolucie. Wahadło ciekawe własnowolnie przesunęło punkt swego zawieszenia od stropów nieskończoności poza swój ośrodek—tylko na mknienie jedno złej swej woli. Równowaga upadła, jedność upadła, wahadło runęło ruchem, punkt odpadł ku nowej górze, dół stał się górą, góra stała się dołem, przyroda się odwróciła, począł się ruch nieskończony, zawrotny, który trwa do dzisiaj, a który jest życiem dla siebie i śmiercią dla swej przyczyny. Został jedynie punkt zawieszenia spokojny, absolutny, ośrodek sfer nieskończoności — pamięć znikoma odwiecznej równowagi, wola twórcza człowieka, *obraz* i odbicie pokoju i jedności.

Każdy człowiek—to drobne wahadło u wielkich sfer nieskończoności. Zadaniem jego — odzyskać raj, odzyskać pokój, odzyskać równowagę, spoczywającą mocowładnie w punkcie zawie-

szenia, dla nas niepojętym, lecz pewnym, jak pewnym jest ruch.

Jakżeż to ciekawe wahadło ludzkie źle spełnia swą funkcyę przyrodzoną! Jak traci z oka punkt swej jedności, swojej równowagi! Jak własnowolnie odchyla się na opóźnienie swego pokoju—w odmęt wciąż większej ciemności ruchu i materyi.

I oto znów historya raju, traconego indywidualnie, odbita w momencie życia — raju rekonstrukcyi.

Tam był upadek wieczności dla chwili, która ją zgubiła, tutaj—upadek chwili dla wieczności, która miała tę wieczność budować.

Historya odwrócona — w dalszej swej własnowolności *spożywania owocu drzewa*, miast ofiary z niego.

Wahadło ludzkie złej woli obłędnej potrafi nawet tak odchylić się skrajnie w odmęt swego ruchu, że... podbiciem kuli rewolwerowej strzaskać usiłuje narzędzie ruchu, biorąc go już za przyczynę—wieczność punktu swej wagi!

Wahadło życia atoli nie skruszone: przekręca się jedynie naokół przez wir ciemności i znów spada w przepaść na ruch jeszcze szybszy i bardziej skłócony — i tak ma być wiecznie aż do równowagi.

Człowiek tysiąc razy umiera w życiu i istnieniu, oporny swej naturze pokoju, który go wzywa do siebie, oporny swej wieczności, która umrzeć nie może.

Człowiek żyje, nie żyjąc dla wieczności, i umiera, nie umierając dla chwili i dla życia.

Spojrzyj, droga pani, na zegar zwyczajny ścienny, dalsze zastosowanie proste tego wahadła, z którego człowiek tak mistrzowsko obraz wieczności uczynił, miarę tej wieczności, odbitej w jego woli—zegar.

Jak dobrze i sprawnie idzie to dzieło niesprawnego mistrza! Jak się nie opóźnia w swej mierze! Jak dobrze ciąży wagą przywieszoną! Jak równomiernie ta waga trudzi się *uniżaniem*, w punkt jedności wpatrzona, by wahadło nie zboczyło z pola swego ruchu, które mistrz zakreślił. I oto godzina posuwa się bez uchybień, wciąż wyższa, wciąż wyższa, i wieczność się święci bez skazy, wciąż bliższa o mknienie wielkiej doby swojej!

I oto masz całą teoryę życia—teoryę równej wagi, przez którą się wszystko staje, co się staje,—nakaz przyrodzony jedyny, cel i rzeczywistość jedyna, odbita w woli ludzkiej.

Wahać się równo, wagą się uniżać, jak prawo każe, być w cel wpatrzonym: trudzić się chwilą dla wielkiej godziny.

Wolę swą uświęcać, jak prawo jej każe, drzewa wiadomości nie tykać na jego urastanie: wybierać dobre.

Zapał regulować wagą *wiem* swego, *wiem* swoje na stronę dobrego przechylać: pomnażać pokój i jedność.

Święcić cel twórczej woli.

Niemoc w tem woli ludzkiej zgoła wyłączona: gdyż człowiek, który *wie*, już przez to jest mocen, i wtedy by tylko nie mógł, gdyby nie *wiedział* razem, co znowu wyłącza życie.

Człowiek więc *nie chce* i własnowolnie łamie nakaz raju, nakaz jedności chwili, jak łamał jego pra-rodzic nakaz jedności wieczności.

Spójrz na gromadę pyłów w promieniu słońca! Jak wszystkie w wirze szybkim zdążają do góry, jednem prawem związane, do jednego celu dążące. Zmąć ten wszechświat przelotny: za chwilę, tem że prawem ożywione, szybują niestrudzenie. Wciąż wyżej, wciąż wyżej.

Człowiek jeden jest pyłem, który własnowolnie z promienia się wymyka, zostaje w mroku i w cieniu, na swoję własną niedolę, na opóźnienie przekorne prawa niezłomnego.

Raj utracony — tragedya dokonana — i co dnia się dokonuje. Po latach jednak, których pył mnożny ginie dla rachuby ludzkiej—miejmy nadzieję—Adam pierwotny, Adam Wielki Człowiek, tułacz wydziedziczony, przeszedłszy lądy twarde, kośćmi własnemi usłane, i morza z potu swych trudów i krwi, w ofierze wylanej, wróci do granic swego państwa — Edenu straconego, porzuci wszystko „odzienie skórzane", w które go Bóg był przyodział, odrzuci liść figowy, którym swą nagość był okrył, i już jej nie uczuje; bowiem jej w *drzewie* swojem mieć nie będzie. A wtedy żaden Cherub i żaden miecz płomienisty drogi mu nie zagrodzi do raju. I wejdzie,

i w ostatnim akcie woli już zwiecznionej „ściągnie śmiało rękę swoję“ do owego „drzewa żywota“, które tam jeszcze pozostało, i „weźmie z niego, by jadł i żył wiecznie“.

Tragedya chwili stanie się słońcem wieczności.

ZAKOŃCZENIE.

Kończę, droga pani, ogólną syntezą kanonów woli twórczej człowieka, które są obowiązujące dla całego życia, jako łańcucha z drgnień poszczególnych woli, jednem prawem w całości i w sobie związanych.

Zawrze się ta synteza w czterech wyrazach żywej funkcyi niezmiennej. Oto są one:

CHCIEĆ—MÓDZ—ŚMIEĆ—MILCZEĆ

a które będą w kolei trójcą sił, działających w jedności woli absolutnej, odbitą w *Czwórce* początkowej całego łańcucha, przez który staje się życie, tejże jedności zjawie życiowym człowieka.

Będą te cztery wyrazy wykładnikiem zarazem starego Sfinksa egipskiego, w którym Wiedza prawieczna zawarła zagadkę bytu i człowieka pod postacią trzech zwierząt, trzech natur istotnych złączonych: *orła* (skrzydła Sfinksa), *lwa* (pazury) i *byka* (boki Sfinksa), zwieńczonych *gło-*

wą ludzką, — symbolów wszechistnych i wiekuistych, powtórzonych w widzeniu Ezechiela, Apokalipsy i w całej Wiedzy Symbolicznej jedności.

Oto, jak będą odpowiadały te wyrazy z kolei kolejnym częściom składowym Sfinksa:

1. *Głowa Sfinksa* -człowiek — zasada absolutna jedności — wola twórcza— *wola w absolucie*: CHCIEĆ
2. *Skrzydła orła* — moc, świadomość, lot woli, rozwaga jedności — *wola w mocy*: MÓDZ
3. *Pazury lwa* — śmiałość i wykonanie — *wola w akcie*: ŚMIEĆ
4. *Boki byka*—trud ziemski — zasada życia — *wola w zjawie ziemskim*: MILCZEĆ

Ostatni wyraz *milczeć* obejmuje całą sferę trudu ziemskiego, upostaciowanego w naturze byka, i może być zastąpionym przez nią. W istocie, *milczenie* i pokora — pierwszy warunek *trudu*, siła jego potencyalna i nierozproszona,—i dlatego we wszystkich szkołach wtajemniczeń kapłańskich i w szkole pytagorejskiej milczenie długotrwałe było nakazem i próbą miarodajną postępu duchowego. *Trudzić się*—to *milczeć*.

Streści się więc nakaz życiowy twórczej woli, jak następuje:

1. *Chciej* tworzyć siebie i życie; chciej tworzyć wolę, jedyną rzeczywistość życia.

2. *Móż*, miej moc, zechciawszy, t. j. natężaj lot woli rozwagą ku jedności, *wiedz*.

3. *Śmiej*, mogąc i wiedząc, miej śmiałość niezłomną czynu —

---

i zawrze się w *Czwórce* ciągłej całości Człowieka Sfinksa:

4. *Milcz* i trudź się w życiu twórczem woli.

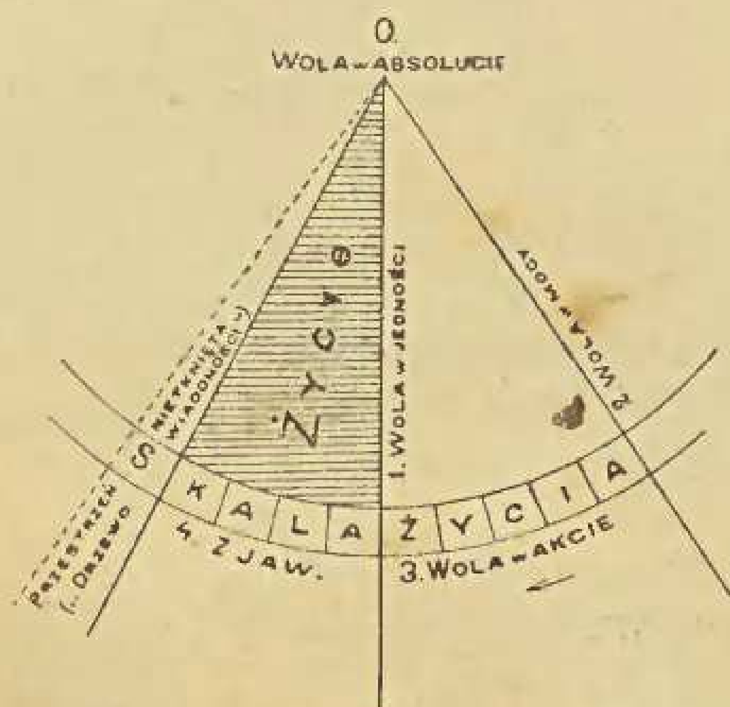
Połącz je w całość pod przewodem wyrazów poszczególnych, otrzymasz 4 nakazy:

Chciej módz śmieć milczeć
Móż chcieć śmieć milczeć
Śmiej chcieć módz milczeć
Milcz, chcąc, mogąc i śmiąc.

Rozważaj te słowa i docieraj do istoty, sprowadzaj życie i teoryę do jednego prawa, a wtedy odrzucaj wyrazy i terminy zbyteczne, — pamiętaj, żeby zapominać, „kładź twór na miejsce, wyznaczone przez Twórcę“, jak każe stary tekst hebrajski,—jedność na miejsce skłóconego — dąż do jedności twej woli, do pokoju przez równowagę, *trudź się*, *milcz* w pokorze i ufności—i walcz tylko z sobą! Wtedy ci życie będzie zwycięstwem i śmierć nie będzie karą.

I niech cię wspiera sam cel twórczej woli—jedyny wśród miliona pragnień i dążeń człowieka cel niezawodny w życiu i jedyna rzeczywistość na ziemi—odbicie Boga Jednego na niebie.

K O N I E C.



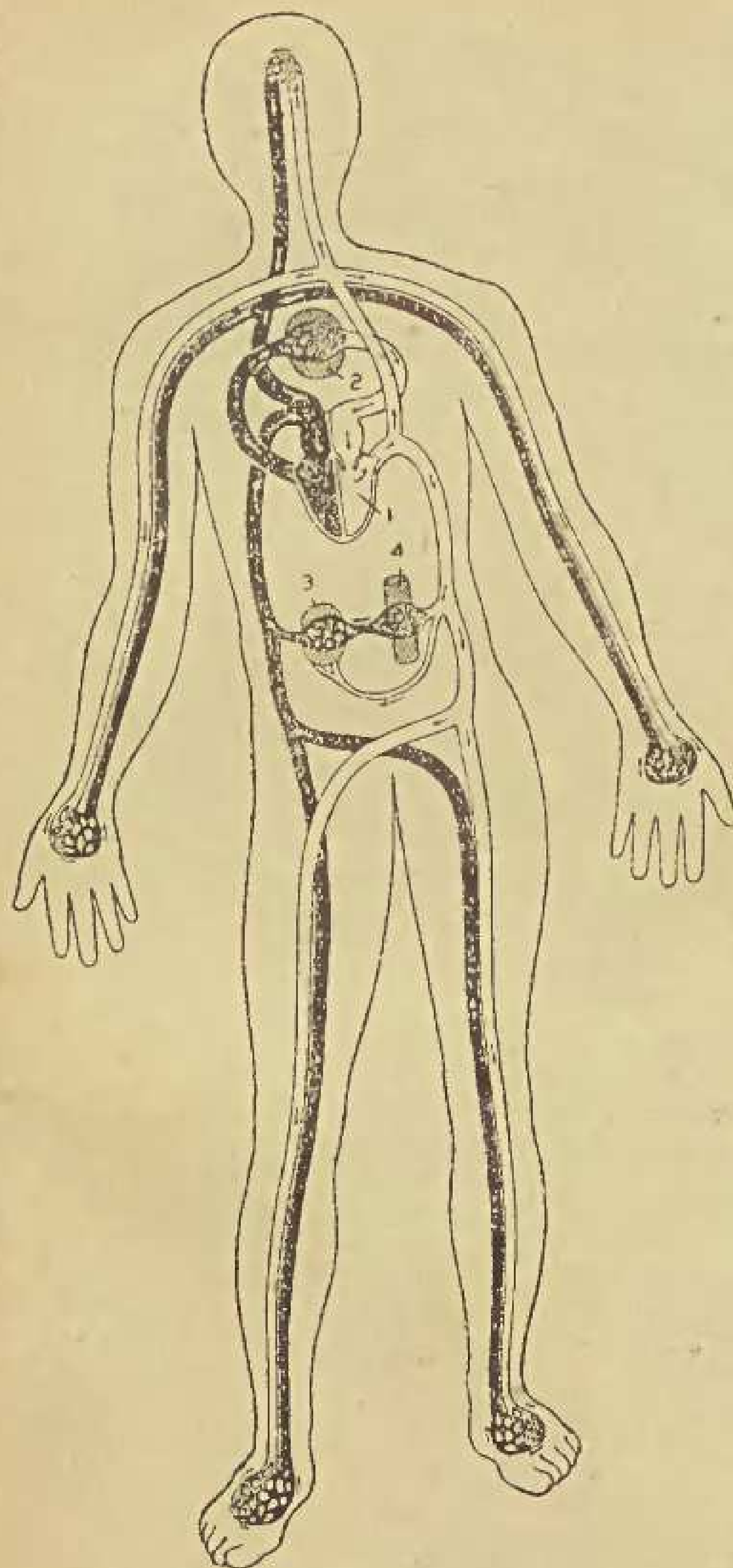
Wzór woli idealnej w obrazie wahadła,

DEO TRIUNI GLORIA ET LAUS ET GRATIA.

WARUNKI KARDYNALNE NIEZMIENNEJ PIĘKNOŚCI KOBIECEJ, W TEJ KSIĄŻCE ROZWINIĘTE:

Chcieć być piękną:
Pięknie czuć,
Pięknie myśleć,
Nosić obraz wciąż jasny w duszy,
Być pomną wciąż siebie i panować nad [sobą,
Milczeć i skupiać się,
Oddychać codziennie kilka minut podług [wzorów,
Tworzyć obraz idealny swej piękności,
Mało jeść (uszczuplać sobie),
Nie śpieszyć się,
Ufać.

RYSUNKI I SZEMATY, OBJAŚNIAJĄCE
TEKST DZIEŁA.



Rys. № 1.

Obieg krwi

Arterye oznaczone białemi liniami, weny — czarnemi. Strzałki oznaczają kierunek biegu krwi.

1. Serce. Strona prawa, zawiera krewnieczystą; strona lewa — czystą.

2. Płuca, gdzie krew się oczyszcza (utlenia) i odmienia kolor z niebieskiej na czerwoną.

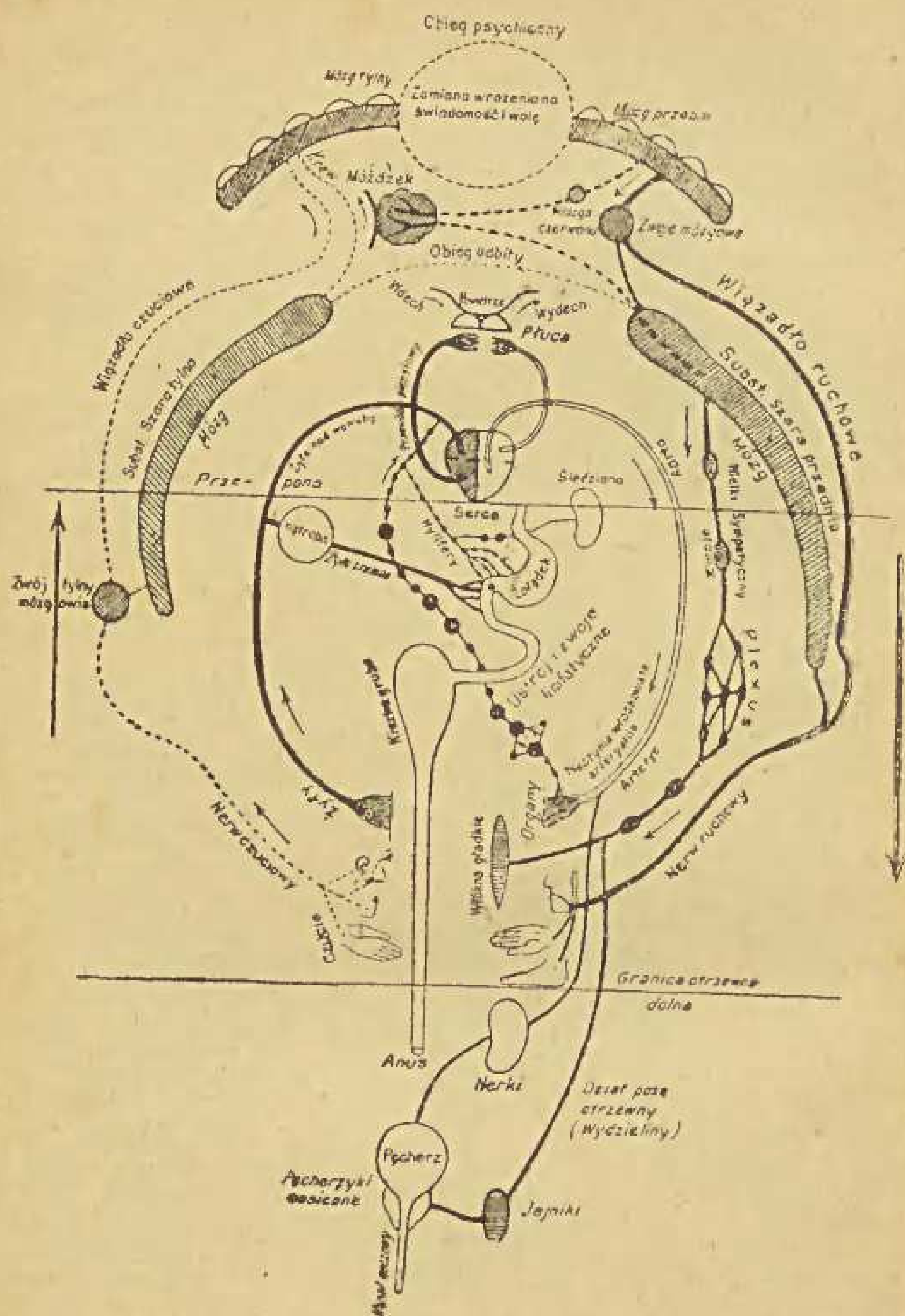
3. Wątroba.

4. Kiszki.

Arterye zawierają krew czystą: przechodzi ona przez ustrój siatkowy naczyń włoskowatych i tu się zatruwa kwasem węglanym i zużytą materyą z tkanek ciała, oddając wzamian tlen i własności odżywcze. Z prawej strony serca wytłacza się do płuc, gdzie otrzymuje świeży tlen i pozbywa się kwasu węglanego, nagromadzonego w naczyniach włoskowatych. Ztąd wrzuca się znowu do lewej strony serca, zkąd jest wytłaczaną do aorty, a przez nią do całego ciała, przez mnóstwo rozgałęzień arteryalnych aorty.

W wątrobie, nerkach i innych organach następują różne procesy, polegające na oczyszczaniu krwi i ciała; z drugiej strony, oddają one krwi swoje nieużytki, często szkodliwe, resztki pracy organicznej, na usunięcie z ciała za pomocą skóry, wydzielin i uryny.

Biegąc z wenami w tym samym kierunku, małe naczynia, zwane limfatycznemi, spełniają funkcyę pochłaniania cieczy, przez weny zaniechanej, a która w stanach zapalnych wydziela się w wielkiej ilości.



Rys. № 2.

Zespół ogólny w szemacie trzech obiegów: limfy, krwi i prądu nerwowego, wraz z organami i wymianą ich funkcyj *(podług „Fizyologii syntetycznej" d-ra G. Encausse'a (Papus'a).*

(OBJAŚNIENIE SZEMATU OBOCZNEGO).

Szemat wyobraża organy wewnętrzne człowieka, ułożone w ten sposób że dają obraz funkcyj i stosunków ich między sobą. Trzy wycinki koncentryczne składają się na całość: zewnątrz—system nerwowy, wewnątrz—krwisty, w ośrodku—limfatyczny i organów trawienia. W dole wreszcie organy wydzielin.

1) *Wycinek centralny.* W środku—*żołądek i kiszka cienka* wskazują początek wprowadzenia substancyi do ciała. Naczynia *mleczonośne* (*hylifery*), dochodzące do przewodu piersiowego, ze *śledzioną*, jako środkiem zgęszczenia, i żylami, dobiegającemi do żyły bramnej z *wątrobą*, jako ośrodkiem zgęszczającym, obrazują obieg odnowy pierwiastków materyalnych organizmu.

Sieć zwojów nerwowych obiegu limfatycznego, poczynająca się na poziomie naczyń włoskowatych arteryalnych i sięgająca systemu żył koło serca, wskazuje szematycznie obieg limfy, który jest istotnem wżłabianiem się substancyi, nie zużytej w obiegu krwi.

2) *wycinek środkowy*—wskazuje obieg krwi: zlewa — obieg krwi czerwonej, zasobnej w materyę i siłę (oznaczony kreską podwójną) — od płuc poprzez serce lewe, swój regulator, do organów. Zprawa—obieg dośrodkowy krwi niebieskiej (linia czarna) — od organów i naczyń włoskowatych żylnych do serca prawego, — w drodze wyzuty z materyi pod wpływem żyły nadwątrobowej i przewodu piersiowego. Z serca prawego krew przechodzi przez przedsionek do płuc, gdzie się wyzuwa z siły, i wreszcie odpływa z płuc, wzbogacona na nowo dwoma pierwiastkami, które straciła, materyi i siły.

3) *Wycinek obwodowy.* Siła z krwi, podjęta przez móżdżek (teorya d-ra Luys'a), zamienia się na fluid nerwowy i przybiera 2 wielkie kierunki, zależnie od bodźca: a) *dośrodkowy*, gdy bodziec—w *zmysłach*, — poprzez zwój mózgowy tylny sięga lub mózgu tylnego (obieg świadomy), lub substancyi szarej tylnej mózgu i od niej substancyi szarej przedniej (obieg odbity). Gdy podnieta dosięga mózgu, tworzy się obieg psychiczny, dla fizyologii jeszcze ciemny, z *myślą*, działającą od wewnątrz na zewnątrz, tak jak przedmiot materyalny, początek czucia, działał od zewnątrz na wewnątrz. b) *odśrodkowy*. Od mózgu przedniego prąd biegnie przez włókna układu I-go rzędu, przechodzi przez zwoje mózgowe, gdzie się zasila, idzie po przewodnikach ruchowych mózgu przedniego, po czem po nerwach ruchowych, i dobiega do organów i włókien prężnych.

Wrazie gdy podnieta idzie prosto od mózgu tylnego (subst. szara) do mózgu przedniego (subst. szara), niema łączności z obiegiem psychicznym. Bodziec przeradza się bezpośrednio na ruch, a siła ruchu zależy wyłącznie od siły bodźca.

Siła nerwowa nadmierna wżłabia się i skupia w systemie specyalnym *wielkiego nerwu sympatycznego*, którego zwoje i sploty (*plexus*) odpowiadają zwojom i splotom limfatycznym.

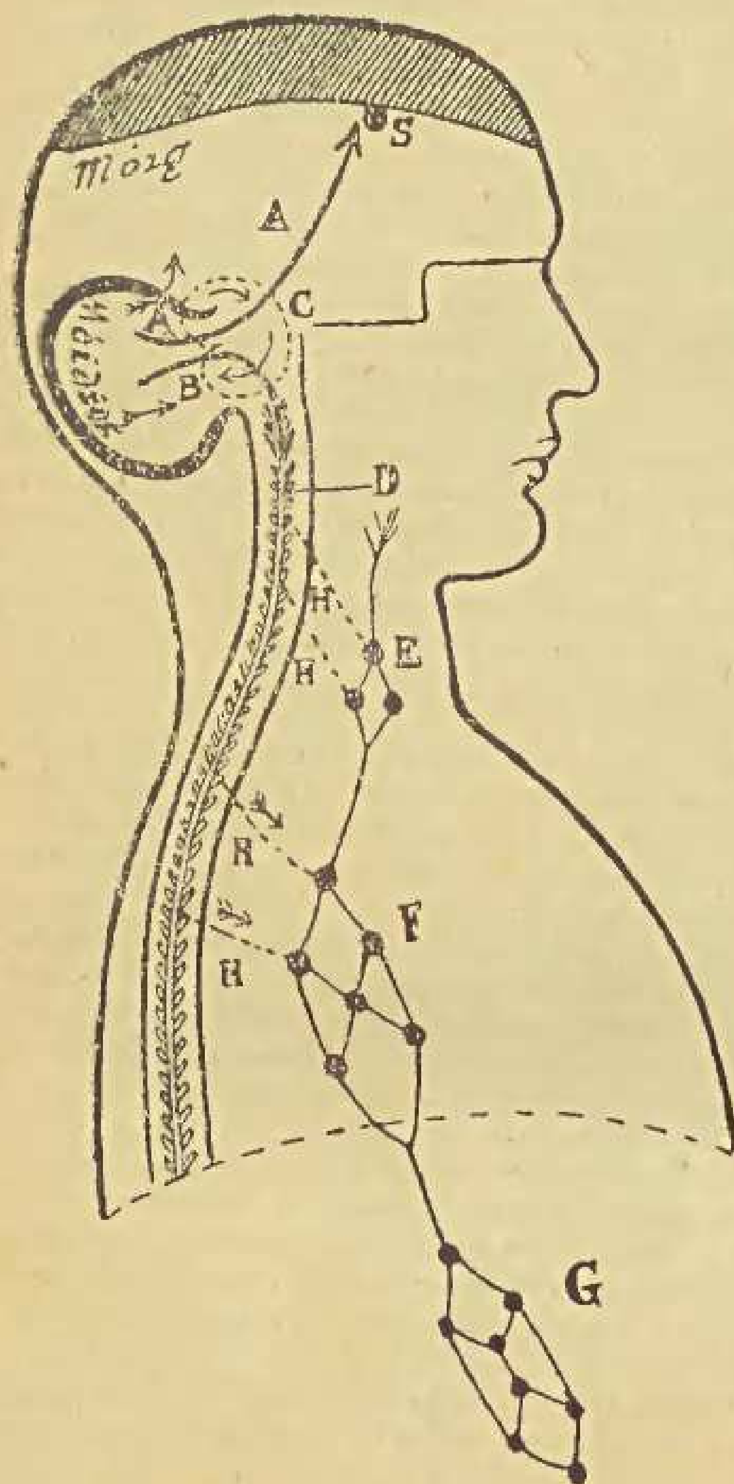
Przez to również wżłabianie się, siła nerwowa, działająca przerwami w obiegach poprzednich, przekształca się na siłę ciągłą, działającą na organy o włóknach gładkich.

W dole trzech wycinków;

1) dział poza otrzewny: grubej kiszki wraz z odchodową (*anus*),—organów wydzielin obiegu pokarmowego i żołądka wogóle,

2) nerki i pęcherz z przewodami—organy wydzielin obiegu krwistego i piersi wogóle,

3) jajniki, pęcherzyki nasienne i przewody łączne,—organy wydzielin raptownych siły nerwowej.



Rys. № 3.

Do fizyologii snu.

Dane anatomiczne.

Móżdżek.

A. Odnoga móżdżku górna, idąca do miazgi czerwonej Stillinga (*S*) w mózgu przednim.

B. Odnoga móżdżku, idąca do rdzenia szarego przedniego mózgowia (*D*).

C. Odnoga móżdżku, łącząca obie półkule (Most Varole'a).

Wielki sympatyczny.

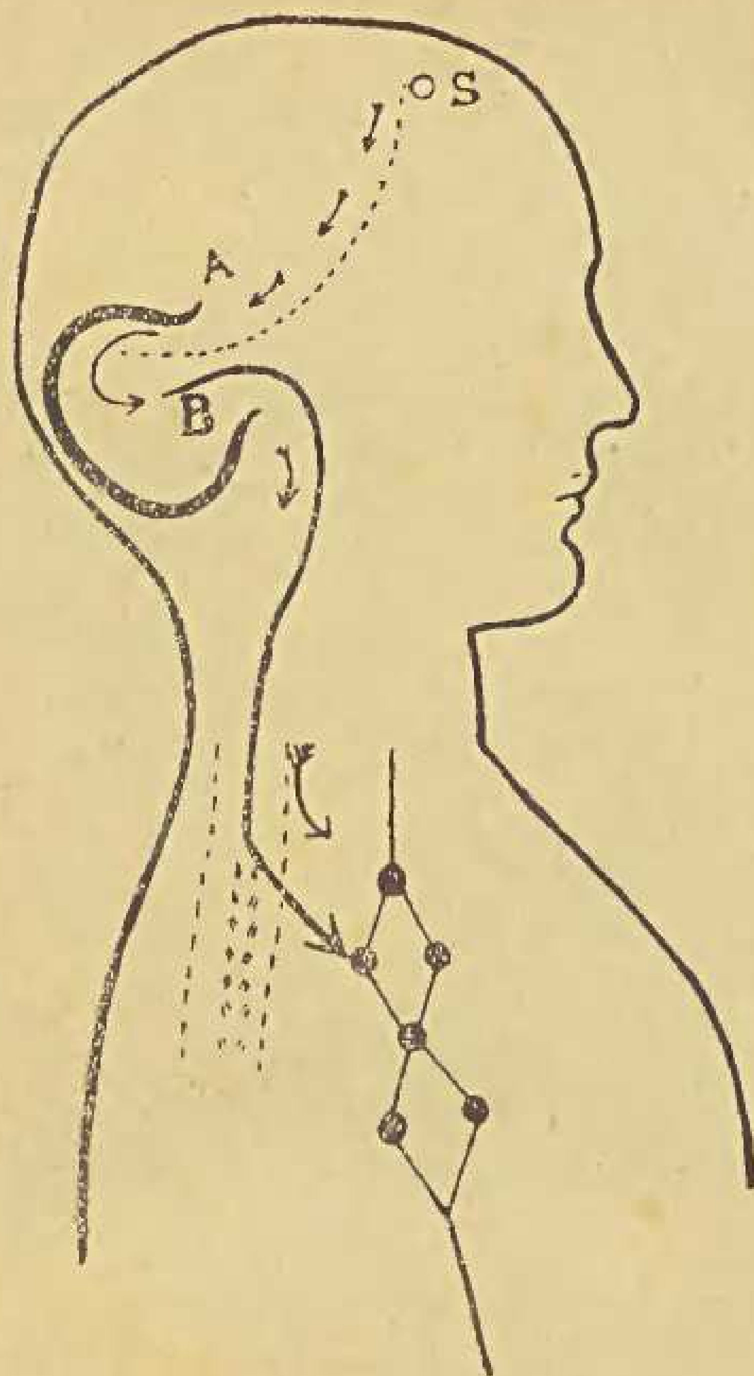
E. Zwój krtaniowy.
F. Zwój serdeczny.
G. Zwój słoneczny (*Plexus solaris*).
H. Nerwy, łączące rdzeń szary przedni mózgu ze zwojem sympatycznym.



Rys. № 4.

Stan jawy.

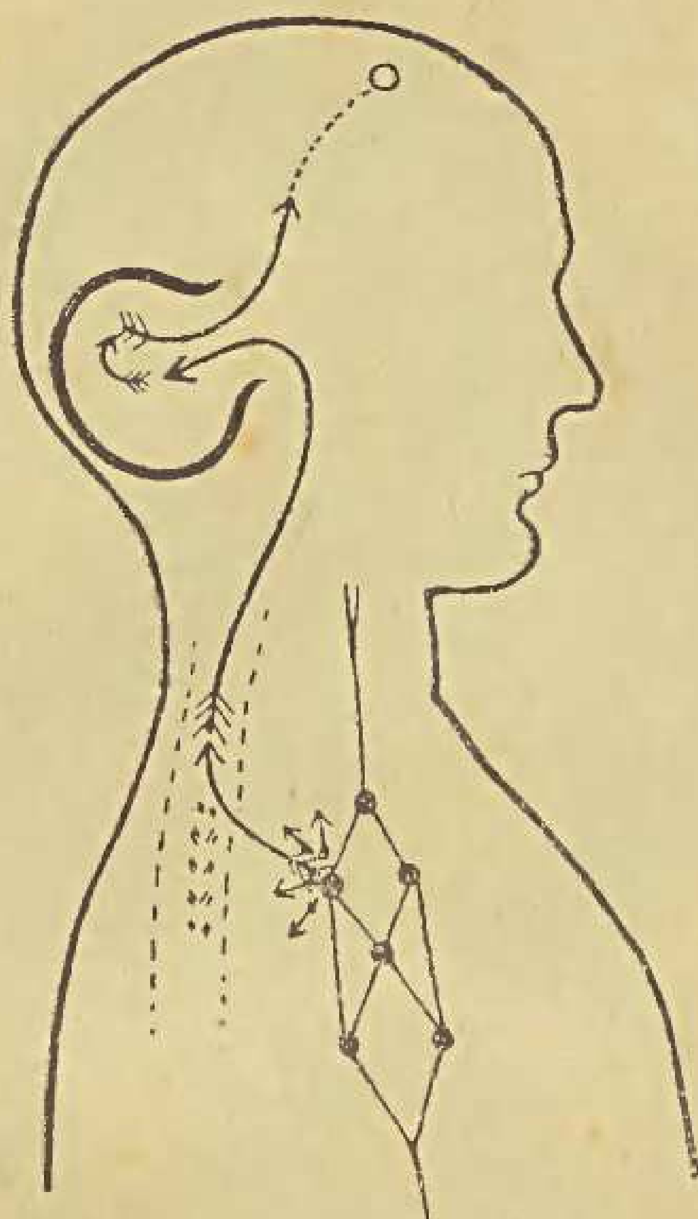
Prąd nerwowy kieruje się do mózgu.



Rys. № 5.

Sen.

Naładowywanie zbiorników wielkiego sympatycznego.



Rys. № 6.

Przebudzenie.

Odpływ siły nerwowej od nerwu sympatycznego do móżdżku i ztamtąd do mózgu.

Wyobraznia i Twórczość

Abstrakcya — Poczucie — Uogólnienie

Sfera — Mocy

Odróżnienie i Zrozumienie — Zatrzymanie i Pamięć

DUCH

Natchnienia — Natchnienia

Indukcya — Ośrodek intelektualny — Metoda

C

Inteligencya — Mądrość

Dedukcya — Kategorye

DUSZA

Pojęcie — Rozum

B

Ośrodek — duszy

D

Woli

Woli — Postanowienia — Namiętności — Namiętności — Postanowienia — Woli

Analogia — Rozkład

Uczucie

Rozsądek — Instynkt

A

Potrzeby — Potrzeby

Sąd i Porównanie — Powtórzenie i Refleksya

Synteza — Ośrodek instynktowny — Analiza

CIAŁO

Mocy — Sfera

Indywidualizacya — Czucie — Wyliczenie

Uwaga i Ujęcie

SZEMAT BUDOWY METAFIZYCZNEJ CZŁOWIEKA

(podług Fabre d'Olivet'a).

SPIS RZECZY.

Koniec spisu rzeczy.

WAŻNIEJSZE OMYŁKI DOSTRZEŻONE:

Str.	29,	wiersz	6 od góry: zamiast *stają*—*staje*.
„	45,	„	1: po *oddycha*—przecinek.
„	48,	„	ostatni: zamiast *brzucha*—*brzuch*.
„	50,	„	2 od dołu: zamiast *oddech*—*wdech*.
„	75,	„	7 od dołu: zamiast *gdzie*—*gdzieś*.
„	77,	„	7 od dołu: przed *uzdrowić się* — przecinek.
„	80,	„	4 od dołu: po *astralnej*—przecinek.
„	95,	„	ostatni: zamiast *spokojną*—*spokojne*.
„	98,	„	9 od góry: zamiast *człowieka*—*w człowieku*.
„	99,	„	22 od góry: zamiast *prawa*—*prawe*.
„	99,	„	8 od dołu: zamiast *wiąż*—*wciąż*.
„	115,	„	5 od góry: *samowidzenie*—oddziel *samo*.
„	123,	„	7 od góry: po *drzewo*—nie trzeba przecinka.

TEGOŻ AUTORA OSTATNIE UTWORY:

POEZYE, SERYA LIRYCZNA. Nakład Tow. Akc. Orgelbranda S-ów, Warszawa.

KESA. Utwory dramatyczne i obrazy niknące. Nakład księg. St. Sadowskiego, Warszawa.

BIBLIOTECZKA HERMETYCZNA
(przekłady autora z zakresu wiedzy tradycyjnej, poprzedzane wstępami)

NOWOŚCI OKULTYZMU, ostatnie wyniki z dziedziny rozumowej i doświadczalnej nauk tajemnych, z licznemi ilustracyami.

FABRE D'OLIVET. STAN SPOŁECZNY CZŁOWIEKA (Budowa metafizyczna człowieka).

DE LARMANDIE. PRÓBA WSKRZESZENIA.

LAO-TSE. TAO, czyli Droga Niebios, czyli Doktryna Najwyższego Rozumu.

SEDIR. OBOWIĄZEK DUCHOWY.

PIKUS MIRANDULA. HEPTAPLUS, czyli siedmioraki wykład dni stworzenia z księgi Genezis (tablica szematyczna — po łacinie — do nabycia tylko u autora).

LACTANTIUS. WIERSZ O FENIKSIE (do nabycia tylko u autora).

APULEJUS. BAJKA O AMORZE i PSYCHE. Z ilustracyami. Wydanie ozdobne.

EPIKTET. PODRĘCZNIK (Pamiętnik moralności stoickiej).

HOENE-WROŃSKI. PROPEDEUTYKA. Zasady filozofii absolutnej.

W opracowaniu (prace oryginalne):

KSIĘGA MILCZENIA.

NA POCZĄTKU STWORZYŁ BÓG... Księga wtajemniczeń. (Pikus Mirandula. Kabała hebrajska. Księga Stworzenia (Sefer Jecyrah), Taro cygańskie, najstarsza księga ludzkości, Archeometr St. Yves d'Alveydre'a i t. d.)

